«Педагогические особенности формирования культуры здорового и безопасного образа жизни у дошкольников в период подготовки к школьному обучению»

Подготовила : Семёнова Наталья Викторовна

Должность: воспитатель

Место работы:

МБДОУ ЦРР – «Фантазия»

5 октября 2022 г

г. Пыть-Ях, Ха́нты-Манси́йский автоно́мный о́круг — Югра́

Российская Федерация

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 3

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ 6

1.1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПОНИМАНИЮ «ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ» ОБУЧАЮЩИХСЯ ШКОЛЫ 6

1.2. СУЩНОСТЬ И ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ 14

ВЫВОДЫ К ГЛАВЕ 1 21

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЕДАГОГОВ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ 23

2.1. ФОРМЫ И МЕТОДЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГОВ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ 23

2.2. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ЦЕЛЬЮ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРЕДШКОЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ 27

ВЫВОДЫ К ГЛАВЕ 2 33

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 34

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ И ЦИТИРУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ 37

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Сфера дополнительного образования в настоящее время многофункциональна: образовательные программы не только направлены на повышение квалификации или профессиональную переподготовку, но и на общеобразовательные цели здоровьесбережения личности. Все более востребованным становится обучение детей и школьников в детских центрах дополнительного образования. Общеобразовательные программы могут охватывать те темы, которые не рассматриваются подробно в школьной программе из-за нехватки времени. Актуальным направлением образовательного просвещения остается и продолжает пополняться новой информацией проблема здорового образа жизни. Проблемой изучения и исследования формирования здорового образа жизни у школьников занимались не только в физиологии, но и в педагогической и психологической науках. Значительный вклад внесли такие психологи и физиологи, как В. М. Бехтерев, Л. С. Выготский; философы К. Гельвеций, Дж. Локк, М. В. Ломоносов и др.; ученые-медики Н. А. Амосов, В. Ф. Базарный, Б. Н. Чумаков и др. [24].

Тема формирования ЗОЖ на любом образовательном уровне все еще остается актуальной и продолжает исследоваться с целью поиска новых методов, форм и техник прививания навыков здоровьесберегающего поведения. В системе образования наблюдается нехватка активизации самостоятельной деятельности школьников в поиске информации о здоровом образе жизни и его важности в их жизнедеятельности. В процессе педагогического просвещения учителя стремятся наиболее полно и кратко донести знания, умения и сформировать навыки у обучающихся в формировании здорового образа жизни, однако не у них не всегда имеется возможность выстроить образовательный процесс с учетом мотивации учащихся и их интереса к материалу. В современной системе дополнительного образования имеется больше возможностей соблюсти все необходимые аспекты педагогического просвещения и обученияо здоровьесбережениив рамках узконаправленной дополнительной общеобразовательной программы.Учитывается важностьзадействованного мотивационного компонента в организации просветительских мероприятий и опора специалистов при их разработке на интерес учащихся. Несмотря на все преимущества системы дополнительного образования актуальной проблемой в ней остается наличие актуальных форм и методов социально-педагогического воздействия на обучающихся с использованием здоровьесберегающихтехнологий.

Объект - формирование здорового образа жизни обучающихся в системе дополнительного образования.

Предмет - формы и методы формирования образа жизни обучающихся в системе дополнительного образования.

Цель - рассмотреть формы и методы применения здоровьесберегающих технологий в социально-педагогической деятельности педагогов дополнительного образования.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть теоретические подходы к пониманию «здорового образа жизни» обучающихся школы.

2. Рассмотреть сущность и особенности формирования здорового образа жизни обучающихся в системе дополнительного образования

3. Рассмотреть формы и методы применения здоровьесберегающих технологий в социально-педагогической деятельности педагогов дополнительного образования.

4. Составить рекомендации по усовершенствованию социально-педагогической деятельности с целью формирования навыков здорового образа жизни обучающихся по предшкольной подготовке.

Гипотеза - социально-педагогическая деятельность по формированию здорового образа жизни является одним из направлений работы педагога дополнительного образования.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что в работе рассматриваются и анализируются подходы к исследованию формирования здорового образа жизни обучающихся в системе дополнительного образования. Рассматривается сущность и особенности данной педагогической деятельности и с помощью каких методов и техник специалисты работаю в современном образовательном процессе с участниками педагогического взаимодействия дополнительного образования.

Практическая значимость исследования заключается в создании рекомендаций по усовершенствованию социально-педагогической деятельности с целью формирования навыков здорового образа жизни обучающихся по предшкольной подготовке дошкольников.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

1.1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПОНИМАНИЮ «ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ» ОБУЧАЮЩИХСЯ ШКОЛЫ

Здоровый образ жизни в педагогической деятельности занимает важное место в образовательном процессе. В настоящее время стратегическим направлением деятельности, прежде всего, в дошкольных и школьных дополнительных образовательных учреждениях является обеспечение воспитания и развития свободной жизнелюбивой личности, усвоившей научные знания о природе и человеке, с готовностью созидательной творческой деятельности и нравственному поведению [11]. В связи с этим, при организации и реализации программ по просвещению о здоровом образе жизни, основными педагогическими задачами являются: интеллектуальное развитие обучающихся, формирование их нравственных чувств и забота об их здоровье.

«Здоровый образ жизни» в научной литературе содержит обширное количество трактований и подходов к его изучению. Выделяется два основных подхода: первый через способы поведения человека, позволяющих сохранить свое здоровье; второй, самостоятельную активность человека, направленную на сохранение и поддержание здоровья [23]. В зарубежной психологии поведение, направленное на сохранение здоровья (healthbehavior), включает широкий спектр мероприятий, способствующих укреплению здоровья: физическую активность, здоровое питание, лечебно-охранительные мероприятия (вакцинация, использование контрацептивов и т. д.), избегание угрожающих здоровью действий (курение, употребление алкоголя и наркотических препаратов), проведение диагностических мероприятий (реабилитация, посещение врача) [23]. Среди основных критериев ЗОЖ исследователи выделяют: 1) состояние здоровья; 2) качество жизни; 3) медицинскую и психогигиеническую грамотность; 4) продолжительность жизни [23].

Педагогическая наука способствует сохранению, укреплению и формированию здоровья людей от детского до юношеского возраста. В свою очередь, по определению ВОЗ, здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов [28].

Существуют разные подходы к объяснению понятия «здоровье»: функционально-биологический (Н.М. Амосов), адаптивный (М. Попов, П. Михайлов, Р.М. Баевский, Г.И. Царегородцев), социально-биологический (В.П. Петленко, В.П. Казначеев, Ю.П. Лисицын, Е.Н., Кудрявцева, В.Т. Фадеев, А.Г. Щедрина). В педагогической науке существует достаточное количество подходов к исследованию проблемы здорового образа жизни [9].

Решение поставленной в исследовании А. Д. Дубогай проблемы осуществлялось с позиции системного подхода к здоровью школьника и к созданию психолого-педагогических условий. Здоровье определяется как оптимальное состояние организма, при котором обеспечивается максимальная адаптивность [9]. Чем выше адаптивные возможности организма, тем выше уровень здоровья. Как видно, автор концепции принял за основу адаптационную модель здоровья. Теоретическими предпосылками исследования явились достижения медицинской и физиологической науки, а именно выявленная прямая связь между заболеваемостью и физическим развитием детей, установление роли двигательной активности для физического развития детей, особенностей развития ребёнка разных возрастных групп и структуры двигательных возможностей,роли физического воспитания в укреплении здоровья, во всестороннем развитии личности школьника [9]. В исследовании учитывалось учение о развитии личности как диалектического единства природных предпосылок и условий онтогенеза, концепция сензитивных периодов развития способностей. В целом созданная теория объединяет учения о здоровье школьника и учение о развитии личности младшего школьника.

Новый валеологический подход в образовании и в формировании ЗОЖ учащихся общеобразовательных школ в конце 90-х гг. обосновывает в своей теории педагог-валеолог Г. К. Зайцев. Новизной исследования явилась разработка педагогических принципов формирования здоровья учащихся. Особое значение придаётся принципу формирования здоровья через коррекцию (совершенствование) собственного образа жизни. Основа данного подхода строится из понимания значительности здоровья человека и его собственной ответственности за него: его образа жизни, морально-волевых и ценностно-мотивационных установок, а также от умения адаптироваться в социальной среде[9]. Сущность педагогического аспекта с обеспечении здоровья как системообразующего фактора заключается в формировании у человека с самого раннего возраста индивидуального способа ЗОЖ [9].Системный подход в формировании ЗОЖ обучающихся в системе «школа - вуз» реализуется, как показал анализ теории, на двух уровнях: на макроуровне - на уровне образовательного учреждения, то есть на уровне целостного педагогического процесса и на уровне процесса обучения ЗОЖ (определение системы целей, содержания, методик и средств обучения). Процесс формирования ЗОЖ на каждом уровне охватывает два направления деятельности - здоровьесберегающее (устранение влияния факторов, негативно влияющих на здоровье обучающихся, включая факторы внутришкольной и социальной среды) и здоровьеформирующее (поддержание факторов, благоприятных для здоровья). Определены валеологические и психо-лого-педагогические условия формирования ЗОЖ.

Строя своё исследование в русле личностно ориентированного развивающего обучения, автор концепции поясняет, что валеологически обоснованная система образования должна строиться с учётом базовых потребностей обучающихся. В этом случае обеспечиваются условия для их индивидуально-гармонического развития, общий комфорт и доминирование у учащихся позитивных настроений и формируетсяустойчивое положительное отношение к образовательной деятельности и общепринятым правилам поведения», включая здоровый стиль жизни [9]. Процесс дошкольно-школьного образования, включая образование в сфере здоровья, заключается в следующем: от валеологически обоснованного саморазвития и непроизвольного овладения навыками образовательной деятельности, в том числе навыками здорового поведения (дошкольное воспитание и начальная школа) через самопознание и смыслотворчество (5-8-е классы основной школы) к самосовершенствованию, самоопределению и выработке валеологически обоснованного способа образовательной деятельности и в целом жизнедеятельности (9—11-е классы школы). Одним из направлений такого образования является решение задачи создания у занимающихся мотивационного компонента здоровья, формирования у них научного понимания сущности здорового образа жизни и выработки индивидуального способа валеологически обоснованного поведения[9]. Автор теории предлагает процесс валеологического образования строить поэтапно: на первом этапе (дошкольники и учащиеся 1-4 классов) - валеологически обоснованное психическое и физическое саморазвитие, то есть формирование здоровья, и воспитание мотивационных оснований гигиенического, полового и нравственного поведения, а также безопасности жизнедеятельности как важных слагаемых здорового образа жизни. На втором этапе (5-8-е классы) - создание рефлексивной среды, то есть организация самопознания своих психофизиологических особенностей, организация валеологического самоанализа собственного образа жизни и внесение целесообразных коррекций в способ жизнедеятельности. В старших классах педагогическая задача состоит в выработке индивидуального способа здорового образа жизни с учётом будущей семейной жизни. Важным средством формирования ЗОЖ учащихся школы является физическое воспитание, построенное на потребностно-мотивационной основе: удовлетворение биологической потребности в физическом саморазвитии у дошкольников и младших школьников, социальной потребности в физическом самосовершенствовании у учащихся основной и старшей школы [9]. Как видно, процесс формирования ЗОЖ школьников строится с учётом закономерностей саморазвития личности.

Антропологический подход в научном обосновании и построении теоретических основ формирования ЗОЖ субъектов педагогического процесса в системе современного общего образования - один из ведущих методологических подходов в теории Т. Ф. Ореховой. Данный методологический подход был определён в системе валеологического образования Л. Г. Татарниковой и получил развитие в исследованиях в области эколого-валеологического образования (З. И. Тюмасева, Л. И. Пономарёва, И. Л. Орехова). В своём исследовании Т. Ф. Орехова исходит из следующей концепции человека: «Человек - это природно-социально-духовное существо, развивающееся и реализующее себя в процессе активного взаимодействия с окружающим миром во всём многообразии его проявлений (миром природы, миром людей, миром культуры), а также и миром своего «Я» [9]. Далее автор теории выводит три важных положения: «Во-первых, тело человека имеет в определённых границах свою собственную, не зависящую от сознания и воли человека жизнь, поэтому для того, чтобы быть здоровым, человеку необходимо понимать жизнь своего тела, и учитывать эту жизнь в своём сознательном, то есть целенаправленно управляемом поведении. Во-вторых, человек как личность может управлять становлением своего здоровья в пределах осознаваемой им культурной (то есть сугубо человеческой) деятельности. В-третьих, здоровье человека как целостное состояние организма, формирующееся в социокультурной среде, допустимо исследовать как нравственно-духовный феномен» [9]. Поэтому подходить к рассмотрению человека и его здоровья следует с учетом трёх принципов: 1) природосообразности, 2) культуросообразности и 3) дополнительности (взаимозависимости разных аспектов здоровья).

Человек - активный творец своего здоровья. Эти идеи переносятся в теории на целостный педагогический процесс, каждому компоненту которого «присваиваются» здоровьетворящие функции. «Здоровьетворящее образование - это качественная характеристика целесообразно организованного педагогического процесса, ориентированного на формирование у его субъектов готовности к здоровьетворению, которая является качеством личности, отражающим культуросообразные аспекты здоровья человека и обусловливающим ЗОЖ» [9]. Здоровый образ жизни в исследовании понимается как качественная характеристика жизни, направленной на здоровье.

В основе проектирования и реализации системы педагогической ориентации студентов на ЗОЖ в теории С. Г. Добротворской лежат принципы системности, теория управления социально-педагогическими процессами, а также личностно-деятельностный подход. Под педагогической системой при этом автор концепции понимает совокупность взаимосвязанных элементов организации процесса обучения и воспитания, объединённых выполнением организационных, воспитательных, образовательных и научно-исследовательских функций, направленных на повышение готовности студентов к ЗОЖ, на обеспечение личностного саморазвития студента.

Идея самопознания и самосовершенствования будущего педагога на этапе профессиональной подготовки, основанная на гуманистических принципах, в частности на принципе антропоцентризма, - ведущая идея в разработанной В. И. Бобрицкой теории формирования ЗОЖ у будущих учителей в процессе изучения естественнонаучныхдисциплин. Согласно этому принципу личность, познавая основы наук, в частности естественного цикла, изучает себя, а вместе с тем и развивается, самореализуется, профессионально растёт. Концепция учёного строится на основе аксиологического, компетентностного и личностнодеятельного подходов. В процессе изучения естественных наук будущие учителя приобретают знания, умения и навыки усовершенствования своей жизнедеятельности с учетом принципов ЗОЖ. При этом обеспечивается совпадение индивидуальных программ самовоспитания и самореализации студентов в объективно заданной программе профессионального и личностного развития [9].

Значительную роль в ней исполняет формирование ЗОЖ у детей, подростков и молодежи. Целью организаций дополнительного образования является изменение поведенческих стереотипов и представлений о здоровье, совершенствование образа жизни учащихся. Основными факторами здоровья исследователи выделяют: психофизиологические особенности обучающихся (Н.В. Седых, Н.А. Абаскалова), состояние природной и социальной среды. В подобных концепциях ведущим фактором здоровья признается образ жизни личности, поддающийся корректированию и управлению [13].

ФГОС выделяет здоровье (его сохранение, укрепление) обучающихся как один из важнейших результатов педагогической деятельности и как приоритетное направление образовательной деятельности с ориентацией на личностное развития учащихся. Современный этап развития российского образовательного пространства содержит изменения, влияющие на содержание образования обучающихся и требующее от педагогов и педагогов-психологов внедрения в процесс обучения и воспитания технологических новшеств и изменений в организацию воспитательно-образовательного процесса. В данной задаче можно возможно применение культурологического подхода, при котором культура здоровья реализуется путем организации здоровьесберегающего образования на основе непрерывности обучения, воспитания и развития обучающегося. Данная деятельность направлена на системное развитие научных знаний и практических умений, поведения и деятельности, что обеспечит формирования ценностного отношения у школьников к собственному здоровью и здоровью окружающих людей [13].

Эффективными направлениями педагогической деятельности являются такие направления, как физическое воспитание, экологическое образование, культурологическое и духовно-нравственное образование; медико-гигиеническое, биологическое и валеологическое образование о медицинской культуре человека [13]. Для этого выделяются следующие принципы формирования ценностного отношения к здоровью и ЗОЖ [13]:

1) целостности, при котором прививание основ здорового образа жизни ведется как единый процесс воспитания и формирования личности;

2) комплексность - это вовлечение в сферу формирования навыков ЗОЖ всех основных институтов социализации обучающегося (участие школы, семьи, окружения ребенка);

3) безопасность - тщательный отбор информации, предоставляемой обучающемуся, и исключение сведений, которые могут провоцировать его интерес к поведению, разрушающему здоровье;

4) возрастная адекватность - содержание образования в области ЗОЖ базируется на актуальных для конкретного возраста потребностях и ценностях и учитывает реальные для данного возраста факторы риска;

5) социокультурная адекватность - учет свойственных обществу стандартов и норм поведения, в том числе обычаев, традиций, связанных со здоровьем.

В соответствии с этими принципами выделяют здоровьесберегающие технологии в педагогике такие, как организационно-педагогические (структура учебного процесса, частично регламентирована СанПиН); психолого-педагогические (психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса и проведение просветительских мероприятий как педагогами, так и психологами с целью обоснования ценности ведения ЗОЖ и знакомства обучающихся со способами его соблюдения); учебно-воспитательные (создание и осуществление программ обучения заботе о собственном здоровье, формировании культуры здоровья, направленные на мотивацию к ведению ЗОЖ, предупреждение вредных привычек, проведение организационно-воспитательной работы со студентами после учебных занятий и другими участниками образовательного процесса) [13].

Таким образом, формирование культуры здоровья и ценностного отношения к личному здоровью обучающихся возможно только при условии широкого использования технологий, форм и методов учебной и внеучебной образовательной деятельности, а также активности всех участников образовательного процесса.

1.2. СУЩНОСТЬ И ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Дополнительное образование нацелено на создание условий для личностного развития ребенка, укрепления его здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда. Оно способствует адаптации детей к жизни в обществе, формированию общей культуры, организации содержательного досуга. Получая дополнительное образование, ребенок приобщается к национальной и мировой культуре, формируется как гражданин, сотрудничая с другими детьми, он социализируется, реализуя свои способности и склонности – становится индивидуальностью.Возможности формирования здорового стиля жизни и укрепление здоровья школьников в учреждениях дополнительного образования детей (далее УДОД) диктуются своеобразием этого вида образования [2]. Добровольное использование ребенком свободного от уроков времени для развития своих потенциальных возможностей, свобода выбора направлений деятельности и образовательной программы, возможность менять виды деятельности, коллектив, педагога, творческий характер образовательного процесса являются важными условиями становления индивидуальности воспитанников УДОД.

Основы организации внеурочной деятельности, дополнительного образования детей достаточно полно разработаны в исследованиях В. И. Андреева, А. Г. Асмолова, В. А. Березиной, Е. Б. Евладовой, Л. Г. Логиновой, Б. В. Куприянова и др.

Педагогическими направлениями деятельности по формированию здорового образа жизни обучающих в системе дополнительного образования являются следующие [2]:

1. Проектирование индивидуальных достижений учащихся. Объектом воспитательного и обучающего воздействия являются учащиеся, склонные к аддиктивномуповедению или уже его проявляющие. Обучающиеся, которые имеют данную проблему характеризуются нарушениями личностного и физического здоровья, что приводит к антропогении. Антропогения- нарушение целостности душевной и духовной сфер человеческой реальности, задержка или искаженное развитие внутреннего мира, разобщенность подростка с социумом, чуждость общественным ценностям, подавление способностей самоконтроля и саморазвития [2].

2. Повышение эмоциональной компетентности педагогов. Основа успешного формирования здорового образа жизни учащихся и создание психологически безопасной образовательной среды - стабильное психо-эмоциональное состояние педагога. В рамках данного направления реализуются программы дополнительного образования для педагогов, охватывающие повышение их профессиональных компетенций по вопросам: проведения педагогической диагностики эмоционального состояния обучающихся, навыков и способов развития способностей учащихся к самопознанию и эмоциональной саморегуляции, саморефлексия педагогов собственной профессиональной деятельности.

3. Использование потенциала массовых мероприятий для формирования убеждений о ценности здоровья. Массовые мероприятия в обучении создают приподнятую эмоциональную атмосферу. Задача педагога организовать просветительское мероприятие с праздничной атмосферой, чтобы заинтересовать и увлечь обучающихся темой здорового образа жизни и связать ее с пониманием ценности его собственного здоровья и роли человека в его поддержании.

4. Умение выстраивать созидательное взаимодействие с семьей. Профилактическая деятельность педагогов дополнительного образования направлена не только на обучающихся, но и на их родителей. Для выполнения данной деятельности специалисты организовываются сотрудничество с районными и городскими социально-психологическими службами. Основными методами взаимодействия с семьями для педагогов дополнительного образования тренинговые технологии, направленные на установление доверительных отношений.

Особенность деятельности образовательных учреждений по формированию здорового образа жизни обучающихся состоит с следующем ряде педагогического потенциала [18]:

1) дополнительное образование как средство формирования мотивации развития обучающегося;

2) создание ситуации успеха для каждого ребенка с положительным влиянием на воспитание и укрепление достоинства обучающегося;

3) освоение разнообразных видов деятельности расширяет культурную сферу самореализации обучающихся и стимулирует их творческую деятельность;

4) интенсивность и целенаправленность процесса формирования гуманистических ценностных ориентаций;

5) программы дополнительного образования содействуют воспитанию «культурной одаренности» обучающихся.

В рамках системы дополнительного образования главная роль в формировании ЗОЖ обучающихся отведена здоровьесберегающим технологиям. Здоровьесберегающие образовательные технологии - это совокупность всех используемых в образовательном процессе приёмов, технологий, не только оберегающих здоровье учащихся и педагогов от неблагоприятного воздействия факторов образовательной сферы, но и способствующих воспитанию у учащихся культуры здоровья [18]. Культура здоровья - это критерий личностного роста человека, условие и фактор его нормальной жизнедеятельности, коммуникабельности, творческого потенциала [18].Сущность зоровьсберегающейдеятельности специалистов дополнительного образования в создании благоприятных условиях для личностного развития ребенка и оказании ему комплексной социально-психолого-педагогической помощи в саморазвитии и самореализации в процессе адаптации, социализации, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков здорового образа жизни [18].Здоровьесберегающие технологии по характеру действий делятся на 4 группы:

1) физкультурно-оздоровительные технологии (мероприятия на свежем воздухе, дни здоровья, спортивные соревнования и эстафеты и т.п);

2) экологические здоровьесберегающие технологии (экскурсии, походы, прогулки и т.п.);

3) технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (викторины, конкурсы, инсценировки по ПДД и противопожарной безопасности и т.д.;

4) информационно-обучающие технологии, обеспечивающие всем участникам воспитательно-образовательного процесса уровень грамотности, необходимый для эффективной заботы о здоровье. К ним можно отнести образовательные, просветительные и воспитательные программы, для детей и их родителей, а также для педагогов [18].

Особенность деятельности педагогов дополнительного образования состоит в также в тех организационно-педагогических условиях, в которых происходит формирование мотивации обучающихся к здоровому образу жизни [18]:

1) разработка активных методов и форм оздоровительно-воспитательных мероприятий, направленных на формирование культуры здорового образа жизни воспитанников;

2) взаимодействие с родителями воспитанников с целью формирования у них знаний и умений по сохранению и укреплению здоровья детей;

3) формирование ценностных представлений воспитанников о здоровом образе жизни и приобретении опыта сохранения и укрепления здоровья.

Для оценки динамики состояния здоровья детей в учреждениях дополнительного образования можно использовать карты наблюдений, на основе которых составляются сводные таблицы. Затем на основании полученных данных, определить направления дальнейшей работы для сохранения здоровья воспитанников.

В системе дополнительного образования сейчас активно развивается моделирование - продуктивное средство не только познания, но и проектирования недоступных в данный момент процессов и явлений [6]. Целью модели является формирование основ культуры здоровья школьников в учреждениях дополнительного образования детей на основе дифференцированного и интегрированного обучения. При проектировании модели формирования основ культуры здоровья школьников в учреждениях дополнительного образования детей Галынская Е.Н. с исследователями основывались на системно-деятельностном, компетентностном и личностно-ориентированном подходах [6]:

1. Системно-деятельностный подход предполагает учет индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли и значения видов деятельности и форм общения для определения целей образования и воспитания и путей их достижения (Л. С. Выготский, В. В. Давыдов, Л. В. Занков, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, В. В. Рубцов, Д. Б. Эльконин и др.).Интегрированное обучение обусловлено тем, что реализация процесса сохранения здоровья осуществляется с учетом всех знаний о человеке; понятие здоровья рассматривается как системная категория.

2. Личностно-ориентированный подход обусловлен формированием потребностей, мотивов и целей учащихся, их продвижением к здоровому образу жизни, ценностям здоровья, его сохранению, саморазвитию в целом на основе творческой, спортивно-оздоровительной деятельности (Л. И. Божович, И. С. Якиманская).

3. Компетентностный подход способствует овладению профессиональными здоровьесберегающими компетенциями, использованию межпредметных связей и дифференцированных средств и методов подготовки будущих педагогов в области формирования основ культуры здоровья школьников (Е. В. Бондаревская, И. А. Зимняя, О. Е. Лебедев, Г. К. Селевко, А. В. Хуторской и др.).Согласно предложенной модели в основу образовательного процесса положены следующие дидактические принципы: комплексности, целостности, гуманизации, адаптивности, системности, индивидуализации, дифференциации, интеграции, а также субъект-субъектных взаимоотношений обучающихся.Педагогическая модель включает в себя два этапа исследования: констатирующий и формирующий, состоящий из организационно-педагогического и социально-корректирующего.Одним из результатов педагогической модели является разработка образовательной программы подготовки будущих педагогов с целью оптимизации процесса формирования основ культуры здоровья школьников в УДОД.

При реализации педагогической модели мы использовали следующие методы коррекционно-педагогической работы со студентами и учащимися УДОД: диагностические (анкетирование, тестирование, опрос и самооценка, ранжирование, корреляция), психологические (психоэмоциональные тренинги и разгрузки учащихся и студентов,индивидуальные беседы, групповая работа, деловые и ролевые игры, коррекционно-развивающие упражнения) и педагогические (массовые физкультурно-спортивные мероприятия, пропагандистская деятельность, сюжетно-ролевые, деловые, подвижные игры, коррекционно-развивающие упражнения, проекты, дискуссии, коллективные творческие дела, досуговые мероприятия).

Таким образом, педагогическая модель формирования основ культуры здоровья школьников в УДОД предполагает возможность использования в учреждениях среднего профессионального и дополнительного образования психологических и диагностических средств, методов и технологий, направленных на повышение уровня когнитивной и деятельностной функции, актуализацию ценностных ориентаций, способствующих формированию основ культуры здоровья школьников наоснове интегрированного и дифференцированного обучения, позволяющего корректировать обучающие, воспитательно-развивающие и социальные задачи с учетом факторов, способствующих или препятствующих данному процессу.

ВЫВОДЫ К ГЛАВЕ 1

Теоретические подходы к пониманию «здорового образа жизни» обучающихся школысоставляют: системного подхода к здоровью школьника и к созданию психолого-педагогических условий, при котором здоровье - это оптимальное состояние организма, при котором обеспечивается максимальная адаптивность. Валеологический подход в исследовании заключается в сущности педагогического аспекта в обеспечении здоровья как системообразующего фактора заключается в формировании у человека с самого раннего возраста индивидуального способа ЗОЖ. Антропологический подход в научном обосновании и построении теоретических основ формирования ЗОЖ субъектов педагогического процесса как самостоятельной деятельности здоровьесберегающей технологии педагога и самих обучающихся. Помимо данных подходов в практической деятельности исследователи исходят из: системно-деятельностный подхода, который предполагает учет индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли и значения видов деятельности и форм общения для определения целей образования и воспитания и путей их достижения;личностно-ориентированного подхода, обусловленного формированием потребностей, мотивов и целей учащихся, их продвижением к здоровому образу жизни, ценностям здоровья, его сохранению, саморазвитию в целом на основе творческой, спортивно-оздоровительной деятельности; компетентностного подхода, способствующего овладению профессиональными здоровьесберегающими компетенциями, использованию межпредметных связей и дифференцированных средств и методов подготовки будущих педагогов в области формирования основ культуры здоровья очающихся.

Сущность формирования здорового образа жизни обучающихся в системе дополнительного образования заключаются в социально-педагогической деятельности специалистов дополнительного образования. Особенности формирования ЗОЖ в данной системе определена теми формами, методами педагогической деятельности, в рамках которой применяются определенные формы и методы воздействия на мотивационную, познавательную и эмоциональную сферу личности как обучающихся, так и их семьи. Основной компонент успешности педагогической деятельности по формированию здорового образа жизни у обучающихся является способность педагога заинтересовать и вовлечь учащихся в свое мероприятие и развить у них знания, умения и навыки в этой области их жизни.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПЕДАГОГОВ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

2.1. ФОРМЫ И МЕТОДЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГОВ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Практический опыт формирования здорового образа жизни обучающихся педагогов дополнительного образования можно рассмотреть на примере ГБУ ДО ЦВР Центрального района СПб. В программе развития центра на 2017-2021 гг. в цели создания условий для безопасной образовательной деятельности упоминается в том числе и важность укрепления здоровья. Задачи программы охватывают:позитивные изменения качества дополнительного образования: обновление условий, содержания, технологий и методов обучения; повышение эффективности управления учебным процессом;развитие личностных характеристик обучающихся; овладение ими универсальными способами учебной деятельности; предоставление обучающимся оптимальных возможностей для получения дополнительного образования, реализации индивидуальных творческих запросов и др. Важными задачами среди всего перечня задач программы являются:обеспечение успешной социализации детей с разными образовательнымивозможностями и состоянием здоровья: одарённых детей, детей–инвалидов; детей, оставшихся без попечения родителей; детей, находящихсяв трудной жизненной ситуации; формирование культуры здорового образа жизни; создание условий, благоприятных для укрепления физического, нравственно – психического здоровья обучающихся; определение основных мероприятий, направленных на создание условий для реализации дополнительного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья. В результате их реализации одним из ожидаемых результатов является создание здоровых и безопасных условий труда и учёбы, обеспечивающих охрану жизни, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, формирование здорового образа жизни.

Формы осуществления профессиональной деятельности по достижению поставленных целей и задач в данном центре разнообразны: массовые мероприятия (концерты, соревнования, творческие конкурсы и т.д.), дополнительные занятия о здоровом образе жизни и здоровьесберегающих технологиях, родительские дни и многие другие. В рамках массовых мероприятий эффективной формой оздоровительного направления являются соревнования. В ГБУ ДО ЦВР Центрального района СПб запланированы в программе развития и проводятся следующие тематические мероприятия:

1) «Папа может…» - соревнования для дошкольников, посвящённые Дню защитника Отечества;

2) городские соревнования по шашкам «Чудо – шашки» (возрастная группа – старшие дошкольники, младшеклассники);

3) городские - по шахматам среди обучающихся образовательных организаций города; Районные соревнования:

4) соревнования по шашкам среди обучающихся образовательных организаций «Чудо – шашки» (командное первенство);

5) по шахматам среди обучающихся образовательных организаций района (командное первенство).

В концепции развития ГБУ ДО ЦВР Центрального района СПб развитие образовательного процесса в ближайшие 5 лет педагогический коллектив видит в организации продуктивной работы по созданию условий для безопасной образовательной деятельности и комфортных условий, для достижения нового качества дополнительного образования: предоставление обучающимся возможностей для формирования и развития творческих способностей, удовлетворения их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья, для организации их свободного времени, в том числе для обучающихся с ОВЗ; достижению нового качества образования, воспитанию обучающегося Центра, обладающего необходимыми в социуме компетентностями. Достижение формирования здоровьесберегающего пространства в дополнительном образовательном учреждении достигается посредством осуществления профессиональной деятельности педагогов и специалистов центра по основным направлениям и методам:

1. Повышение качества образования через обновление содержания и улучшение условийобразования:обновление материально-технической базы учреждения; введение и реализация программ новых направленностей: технической, туристско-краеведческой; обучение с учетом возможных образовательных достижений обучающихся; мотивация всех участников образовательных отношений на партнерство и творчество винновационной деятельности; совершенствование системы диагностики и мониторинга личностного развития; достижений обучающихся в рамках внутренней системы оценки качества.

2. Совершенствование системы преподавания, поддержка талантливых детей:использование новых образовательных технологий, в том числе ИКТ; использование в образовательном процессе цифровых информационных ресурсов; реализация на практике компетентностного подхода к обучению; работа в режиме личностно-ориентированной парадигмы, основанной на широкомиспользовании принципа индивидуализации и дифференциации.

3. Создание условий для обучающихся с ОВЗ:приведение нормативно-правовой базы учреждения, регулирующей отношения в сфереобразования для детей с ОВЗ, в соответствие с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»; создание условий (безбарьерная среда) для беспрепятственного передвижения иуспешного обучения детей с ОВЗ; обеспечение открытости и доступности информации о ходе реализации Паспортадоступности.

4. Усиление воспитательного потенциала ГБУ ДО ЦВР Центрального района СПб:освоение и внедрение в воспитательный процесс новых воспитательных технологий; реализация созданных Программ воспитания; поиск новых эффективных приемов воспитания обучающихся.

5. Формирование физически и психически здоровой личности, привлечение детей иподростков к занятиям физической культурой и спортом:введение новых программ физкультурно – спортивной направленности.

Важное место отводится созданию условий для обучающихся с особыми образовательными потребностями. Среди планируемых результатов достижения поставленных целей, задач и осуществления деятельности по выделенным направлениям авторы концепции планируют добиться создания безопасной и комфортной образовательной среды, которая бы способствовала не только личностному, но и физическому развитию обучающихся. Данная тенденция отражена и в плане основных мероприятий по реализации программы развития и исполнителями направления по формированию физически и психически здоровой личности, привлечению детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом является администрация. Центр активно сотрудничает и получает поддержку от администрации. Благодаря активным разработкам основных образовательных проблем, специалисты центра участвуют в различных акциях, проектах, конференциях. Среди таких мероприятий: Участие в Федеральном проекте «Успех каждого ребёнка», различные тематические оздоровительные походы, реализация дополнительной общеразвивающей программы «Первая высота» и другие.

Традиционные методы обучения в центре сочетают в себе общие принципы педагогической деятельности. Так в рамках Всероссийского урока «Эколята - молодые защитники природы» под руководством педагога центра обучающиеся двух групп объединения «Первая высота» участвовали в обсуждении таких ключевых вопросов сбережения экологии и представителей животного, растительного мира. Дети приобрели не только теоретические знания по проблеме сохранения природы и окружающего мира, но и проанализировали свой образ жизни и действия, которые могут не только помочь им самим, но и всем, кто с ними рядом.

Таким образом, на примере практической социально-педагогической деятельности специалистов ГБУ ДО ЦВР Центрального района СПб мы рассмотрели цели, задачи, содержание и формы работы по формированию у обучающихся знаний, умений здоровъесберегающего поведения. Основными методами в данном дополнительном общеобразовательном учреждении является педагогическое просвещение по вопросам сохранения, поддержания и охраны здоровья, коррекционно-развивающая деятельность с детьми с ОВЗ и имеющими особые образовательные потребности.

2.2. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ЦЕЛЬЮ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРЕДШКОЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ

На основе проведенного теоретического анализа литературных научных источников по проблеме социально-педагогической деятельности по формированию навыков здорового образа жизни среди обучающихся при реализации дополнительной общеобразовательной программы и рассмотрения практического опыта проведения здоровьесберегающих мероприятий с использованием различных форм, методов и технологий работы были составлены следующие рекомендации для работы специалистов с обучающимися:

1. Педагог дополнительного образования обязан: знать основные закономерности развития личности в различных условиях, на всех возрастных этапах, специфику формирования отношений в социуме, экологическую, демографическую, социально-педагогическую характеристику различных сфер микросреды; владеть необходимым минимумом валеологических. культурологических, правовых знаний, основами конфликтологии, социологии; знать формы и методы социально-педагогической работы с семьей, с различными группами и категориями населения; представлять функции, права и обязанности современных государственных и общественных институтов по отношению к семье и индивиду; значь концептуальные подходы и программу современной социальной политики, основы трудового законодательства, гражданского, жилищного, семейного кодексов, принципиальных положений блока законов о льготах и пособиях; владеть методикой и технологией диагностики проблем человека и его микросреды, навыками анализа и планирования, проектирования и программирования социально-педагогической работы, проведения социально-педагогических исследований.

2. Педагог должен проходить программы повышения квалификации в соответствии с нормативными постановлениями с сфере образования, а также постоянно повышать свою профессиональную грамотность.

3. Деятельность педагога дополнительного образования должна прежде всего концентрироваться вокруг личности ребенка по созданию благоприятного социально-психологического фона для позитивного развития и становления. Работа педагога в учреждениях системы дополнительного образования преимущественно формируется по трем основным позициям:на индивидуальном уровне;в группах;в социуме (общинный уровень).

4. В работе с детьми педагог дополнительного образования обязан руководствоваться основными профессиональными принципами:

- принцип гуманизации – реальное соблюдение прав педагога и ребенка, закрепленных Федеральным законом «Об образовании в РФ», Конвенцией о правах ребенка и другими нормативными документами; утверждение непреходящей ценности общекультурного человеческого достояния, внимание к историческим ценностям, их вкладу в развитие науки, культуры, литературы и искусства;

- принцип сотрудничества – построение взаимоотношений в учреждении на основе взаимного уважения и доверия педагогов, обучающихся и их родителей (законных представителей, в соответствии с принципами ненасильственного общения;

- принцип развивающего обучения – отказ от репродуктивных методик и применение методов творческой мыслительной деятельности и самообразования обучающихся;

- принцип индивидуализации обучения – всесторонний учет уровня способностей каждого ребёнка, формирование на этой основе личных траекторий развития обучающихся; повышение учебной мотивации и развитие познавательных интересов каждого ученика;

- принцип дифференциации – выявление и развитие у обучающихся склонностей и способностей к работе в различных направленностях и на различном уровне в зависимости от личных качеств обучающихся; формирование объединений, групп с учетом индивидуальных особенностей учащихся, что может отражаться в построении учебного плана;

- принцип системности – взаимосвязь и взаимодействие всех компонентов образовательного пространства;

- принцип вариативности – обеспеченность образовательного процесса содержанием и видами деятельности, предоставляющими обучающимся возможность выбора.

5. Ориентация педагогической деятельности должна учитывать такие аспекты, как возрастные особенности, психологические, интересы и склонности обучающихся. Особое внимание следует оказать организации психологически и физически безопасных условий для детей с ограниченными возможностями здоровья. Для этого образовательному учреждению необходимо приведение нормативно-правовой базы учреждения, регулирующей отношения в сфере образования для детей с ОВЗ, в соответствие с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», создание условий (безбарьерная среда) для беспрепятственного передвижения и успешного обучения детей с ОВЗ,обеспечение открытости и доступности информации о ходе реализации Паспорта доступности.

6. В условиях современных образовательных условий педагогам необходимо усиленно и активно продвигать идеи о здоровом образе жизни и культуре здоровья с использованием дистанционных форм и технологий работы. Формирование физически и психически здоровой личности, привлечение детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом возможно через введение новых интерактивных программ физкультурно – спортивной направленности.

7. При реализации работы здоровьесберегающей направленности педагоги не должны забывать и о родителях обучающихся. Среди основных направлений работы с ними стоит активно осуществлять: пропаганду здорового образа жизни (формирование культуры здоровья родителей, выявление объективных данных о физическом воспитании детей дома);создание условий для эффективного взаимодействия родителей и их детей; - обучение бесконфликтному общению родителей и детей; организацию совместного культурного отдыха с детьми, совместные творческие дела; тематические родительские собрания, касающиеся формирования здорового образа жизни.

8. Для успешности соблюдения школьниками здорового образа жизни необходим контролирующий компонент не только со стороны педагогов, родителей, но и самоконтроль ребенка. Данная деятельность может осуществляться посредством ведения обучающимся трехуровневой карты структуры личности:

- первый уровень - модель школьника первой группы: знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; владение основами личной гигиены и здорового образа жизни;

- второй уровень - модель школьника второй группы: знание основ строения и функционирования организма человека; знание изменений в организме человека в пубертатный период; умение оценивать свое физическое и психическое состояние; знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; - поддержание физической формы; телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; гигиена умственного труда;

- третий уровень - модель школьника третьей группы: стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье; убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; знание различных оздоровительных систем; умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; способность вырабатывать индивидуальный образ жизни; гигиена умственного труда.

Нестандартный подход в развитии у детей младшего школьного возраста в сенситивный период развития навыков обучения является эффективным методом формирования привычки ведения здорового образа жизни. Самоконтроль и анализ собственной деятельности обучающимися также способствуют развитию рефлексивного компонента.

9. Пространство дополнительной образовательной системы позволяет разрабатывать и внедрять различные технологии здоровьесберегающего поведения. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной работы и расслабления, смена произвольной и эмоциональной активации необходима во избежание переутомления. Деятельный процесс должен носить творческий характер. Включение школьника в творческий процесс, поиск решений служит развитию человека, снижает наступление утомления. Педагогам необходимо выстраивать свою деятельность таким образом, чтобы использовать новые технологии или способы работы с детьми, соответствующие их возрасту, актуальным потребностям в обучении, способностям и интересу.

Таким образом, актуальным задачам дополнительного образования должны соответствовать эффективные, актуальные методы, формы и технологии педагогической деятельности в сфере формирования здорового образа жизни в младшем школьном возрасте. Данный возрастной этап является сенситивным для восприятия новой информации и технологий ее получения, усвоения, применения. Педагог является значимой фигурой в глазах ребенка и непогрешимым идеалом, что необходимо использовать и в образовательном процессе. Личный пример и наглядные инструменты демонстрации пользы и важности здорового образа жизни являются залогом успешного формирования положительного отношения к нему и стремления школьников к его соблюдению. Однако в современном мире простого примера не достаточно и педагогам необходимо разрабатывать все новые здоровьесберегающие технологии взаимодействия. С целью повышения результативности педагогической деятельности нами были составлены представленным рекомендации по усовершенствованию социально-педагогической деятельности с целью формирования навыков здорового образа жизни обучающихся в рамках предшкольной подготовки.

ВЫВОДЫ К ГЛАВЕ 2

Практический аспект дополнительного образованияосуществления педагогами социально-педагогической деятельности по формированию здорового образа жизни у обучающихся является важным элементом в современном образовании.системе образовательных учреждений общеобразовательного уровня разрабатыаются и реализуются программы по внедрению актуальных здоровьесберегающих технологий. В настоящее время, на примере, ГБУ ДО ЦВР Центрального района СПбможно увидеть в программе развития на период 2017-2021 г. цели, задачи, содержание и формы работы по формированию у обучающихся знаний, умений здоровъесберегающего поведения. Основными методами в данном дополнительном общеобразовательном учреждении является педагогическое просвещение по вопросам сохранения, поддержания и охраны здоровья, коррекционно-развивающая деятельность с детьми с ОВЗ и имеющими особые образовательные потребности. Также активно используются формы взаимодействия с родителями обучающихся, администрацией города и возможности участия во Всероссийских и региональных конкурсах. Такой вид деятельности способствует популяризации темы здоровьесбережения и ведения здорового образа жизни не только у обучающихся, но и их родителях.

При теоретическом анализе научной литературы, актуальных статей современных исследователей и практического опыта реализации целей и задач педагогического формирования системы ЗУН здорового образа жизни у школьников, нами были составлены рекомендации. В период младшего школьного возраста педагоги должны помочь детям осознать важность и преимущество ведения здорового образа жизни и не показать это не только своим примером, но и привлечь родителей и новые технологии здоровьесберегающего поведения с использованием дистанционных форм взаимодействия.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретические подходы к пониманию «здорового образа жизни» обучающихся школы содержат как системный аспект, так и общие научные валеологический и антропологический аспекты исследования данной проблемы

Системность подхода заключается в исследовании здоровья школьника и создании психолого-педагогических условий, при которых здоровье - это оптимальное состояние организма, при котором обеспечивается максимальная адаптивность. Валеологический подход в исследовании отражает саму сущность педагогического аспекта в обеспечении здоровья как системообразующего фактора заключается в формировании у человека с самого раннего возраста индивидуального способа здоровьесберегающего поведения. Антропологический подход раскрывается в научном обосновании и построении теоретических основ формирования ЗОЖ субъектов педагогического процесса как самостоятельной деятельности здоровьесберегающей технологии педагога и самих обучающихся. Помимо данных подходов в практической деятельности исследователи исходят из: системно-деятельностный подхода, который предполагает учет индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли и значения видов деятельности и форм общения для определения целей образования и воспитания и путей их достижения; личностно-ориентированного подхода, обусловленного формированием потребностей, мотивов и целей учащихся, их продвижением к здоровому образу жизни, ценностям здоровья, его сохранению, саморазвитию в целом на основе творческой, спортивно-оздоровительной деятельности; компетентностного подхода, способствующего овладению профессиональными здоровьесберегающими компетенциями, использованию межпредметных связей и дифференцированных средств и методов подготовки будущих педагогов в области формирования основ культуры здоровья обучающихся.

Сущность формирования здорового образа жизни обучающихся в системе дополнительного образования заключаются в социально-педагогической деятельности специалистов дополнительного образования. Особенности формирования ЗОЖ в данной системе определена теми формами, методами педагогической деятельности, в рамках которой применяются определенные формы и методы воздействия на мотивационную, познавательную и эмоциональную сферу личности как обучающихся, так и их семьи. Основной компонент успешности педагогической деятельности по формированию здорового образа жизни у обучающихся является способность педагога заинтересовать и вовлечь учащихся в свое мероприятие и развить у них знания, умения и навыки в этой области их жизни.

Практический опыт формирования здорового образа жизни обучающихся педагогов дополнительного образования ГБУ ДО ЦВР Центрального района СПб представлен такими формами и методами применения здоровьесберегающих технологий в социально-педагогической деятельности педагогов дополнительного образования, как - педагогическое просвещение, организация и проведения оздоровительных мероприятий (походы, концерты, соревнования), родительскими собраниями и днями. Данный центр имеет свою концепцию развития учреждения на 2017-2021 г. с целями и задачами, которые отражают важность и поддержание здоровья обучающихся, а также организацию безопасной образовательной среды для детей с ОВЗ.

На основе научных данных и рассмотрения практического опыта реализации программы сопровождения ЗОЖ, нами были составлены рекомендации по усовершенствованию социально-педагогической деятельности с целью формирования навыков здорового образа жизни обучающихся в рамках предшкольной подготовки. Основой педагогической деятельности по формированию ЗОЖ должны являться профессиональные принципы и трудовые действия, умения и знания педагога в области здоровьесберегающих технологий и построения педагогического взаимодействия. Учительвыполняет главную задачу -помощьобучающимся в осознании важность и преимуществ ведения здорового образа жизни. Для ее выполнения он должен не только наглядно показать это своим примером, но и привлечь родителей, а также использовать новые технологии здоровьесберегающего поведения с использованием дистанционных форм взаимодействия.

Таким образом, гипотеза нашего исследования: социально-педагогическая деятельность по формированию здорового образа жизни является одним из направлений работы педагога дополнительного образования подтвердилась.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ И ЦИТИРУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Баева И.А., Гаязова Л.А. Психологическая безопасность образовательной среды школы и ее психолого-педагогическое сопровождение // Электронный журнал «Психологическая наука и образование» www.psyedu.ru / ISSN: 2074-5885. - 2012 - №3. - С. 1-14.

2. БондаревскаяР.С. Дополнительное образование как фактор формированиездорового стиля жизни детей. - 2016 [Электронный ресурс]: http://imc.edu.ru/wp-content/uploads/2016/08/Statdlyaobr.pdf (Дата обращения: 27.10.2020)

3. Вайнер Э.Н. Валеология: Учебник для вузов. 2001. – М.: Флинта: Наука, 2001. – 416 с.

4. Валеология: Учеб. пособие-хрестоматия: Для старшеклассников, их родителей, учителей и всех, кто хочет жить и жить еще лучше / Ин-т культур.-образоват. технологий; Авт.-сост. С. Р. Лодкина. – Екатеринбург: Валеоцентр, 1997. – 285 с.

5. Галынская Е.Н. Модель формирования основ культуры здоровья школьников в учреждениях дополнительного образования детей // Сибирский педагогический журнал. - 2015 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/model-formirovaniya-osnov-kultury-zdorovya-shkolnikov-v-uchrezhdeniyah-dopolnitelnogo-obrazovaniya-detey (Дата обращения: 12.11.2020).

6. Галынская Е.Н., Казин Э.М., Богданова Л.А. Формирование культуры здоровья обучающихся //Профессиональное образование в России и за рубежом. - 2015 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-kultury-zdorovya-obu-chayuschihsya (Дата обращения: 27.10.2020)

7. Губарева Л.И., Мизирева О.М., Чурилова Т.М. Практикум по экологии человека (учебное пособие) / Под ред. Л.И. Губаревой. – М.:Гуман.центр ВЛАДОС, 2003.-112 с.

8. Деминцева О.А., Кондратенко Е.В. Категориальный анализ понятия «готовность к здоровому образу жизни» в современной психолого-педагогической литературе // Вестник Марийского государственного университета. - 2018 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/kategorialnyy-analiz-ponyatiya-gotovnost-k-zdorovomu-obrazu-zhizni-v-sovremennoy-psihologo-pedagogicheskoy-literature (Дата обращения: 27.10.2020)

9. Дмитриева Н.Б. Психология здоровья личности. Учебное пособие для студентов. - Казань: ТГГПУ, 2010. - 62 с.

10. Емельянова С.А. Педагогические проблемы формирования здорового образа жизни школьников // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. - 2011 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-problemy-formirovaniya-zdorovogo-obraza-zhizni-shkolnikov (Дата обращения: 27.10.2020)

11. Емельянова Т.В. Условия формирования здорового образа жизни у младших школьников // Научный альманах. - 2015. - №10-2(12). - С. 170-175.

12. Звездина М.Л. Разнообразие научных подходов к формированию здорового образа жизни обучающихся // Научный диалог. - 2013 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/raznoobrazie-nauchnyh-podhodov-k-formirovaniyu-zdorovogo-obraza-zhizni-obuchayuschihsya (Дата обращения: 27.10.2020)

13. Иванова Н.А. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни у детей младшего дошкольного возраста // Поволжский педагогический вестник, 2014 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-nachalnyh-predstavleniy-o-zdorovom-obraze-zhizni-u-detey-mladshego-doshkolnogo-vozrasta (Дата обращения: 27.10.2020)

14. Иванов В.Д., Матина З.И. Формирование навыков здорового образа жизни у младших школьников // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. - 2018 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-navykov-zdorovogo-obraza-zhizni-u-mladshih-shkolnikov (Дата обращения: 27.10.2020)

15. Казин Э.М., Касаткина Н.Э., Красношлыкова О.Г., Свиридова И.А., Руднева Е.Л. Медико-биологические и психолого-педагогические аспекты проблемы здоровья и здорового образа жизни на современном этапе развития общества (концептуальный и прикладные подходы) // Профессиональное образование в России и за рубежом. - 2016 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/mediko-biologicheskie-i-psihologo-pedagogicheskie-aspekty-problemy-zdorovya-i-zdorovogo-obraza-zhizni-na-sovremennom-etape-razvitiya (Дата обращения: 27.10.2020)

16. Кузнецова И.В. Междисциплинарный подход к формированию здорового образа жизни детей в условиях загородного оздоровительного лагеря // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. - 2010 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/mezhdistsiplinarnyy-podhod-k-formirovaniyu-zdorovogo-obraza-zhizni-detey-v-usloviyah-zagorodnogo-ozdorovitelnogo-lagerya (Дата обращения: 27.10.2020)

17. Макарова Л.П., Буйнов Л.Г., Плахов Н.Н. Гигиенические основы формирования культуры здорового образа жизни школьников // Гигиена и санитария. - 2017 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/gigienicheskie-osnovy-formirovaniya-kultury-zdorovogo-obraza-zhizni-shkolnikov (Дата обращения: 27.10.2020)

18. Мардеев Р.Ю. Организационно-педагогические условия формирования мотивации к здоровому образу жизни воспитанников образовательных учреждений дополнительного образования // Инновационная наука. - 2018 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsionno-pedagogicheskie-usloviya-formirovaniya-motivatsii-k-zdorovomu-obrazu-zhizni-vospitannikov-obrazovatelnyh (Дата обращения: 27.10.2020)

19. Никифоров Г.С., Дудченко З.Ф. Концепция здорового образа жизни: история становления // Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. - 2017. - Том 27, № 1. - С. 99–106.

20. Орехова И.Л. Концептуальные основы эколого-валеологической подготовки педагогов – в аспекте педагогической антропологии: монография / И.Л. Орехова, З.И. Тюмасева, Л.И. Пономарева – СПб.: Изд-во ИП Никифорова («Астер – Пресс»), 2010. – 253 с.

21. Основы здорового образа жизни (образование и здоровье): Библиографический указатель-справочник для работников образовательных учреждений / Ред. В. В. Судаков; Сост.: Б. Б. Быков, В. В. Соколов, О. Н. Завьялова, А. В. Мартыненко, А. Н. Ласточкин. – Вологда: Изд. центр ВИРО, 2006. – 193 с.

22. Петраш М.Д., Муртазина И.Р. Понятие «здоровый образ жизни» в психологических исследованиях // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. - 2018 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-zdorovyy-obraz-zhizni-v-psihologicheskih-issledovaniyah (Дата обращения: 27.10.2020)

23. Савицкий А.А. К вопросу формирования активности здорового образа жизни у школьников подросткового возраста // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. - 2017 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-formirovaniya-aktivnosti-zdorovogo-obraza-zhizni-u-shkolnikov-podrostkovogo-vozrasta (Дата обращения: 27.10.2020)

24. Савицкий А.А. Психолого-педагогические основы формирования здорового образа жизни у школьников подросткового возраста // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. - 2018 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-osnovy-formirovaniya-zdorovogo-obraza-zhizni-u-shkolnikov-podrostkovogo-vozrasta (Дата обращения: 27.10.2020)

25. Станкевич П.В., Макарова Л.П., Авдеева Н.В. Роль педагогического вуза в формировании здорового образа жизни // Человек и образование. - 2018 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/rol-pedagogicheskogo-vuza-v-formirovanii-zdorovogo-obraza-zhizni (Дата обращения: 27.10.2020)

26. Хабарова О.Л. Внедрение технологий здорового образа жизни в образовательных учреждениях // Вестник науки и образования. - 2018 [Электронный ресурс]: https://cyberleninka.ru/article/n/vnedrenie-tehnologiy-zdorovogo-obraza-zhizni-v-obrazovatelnyh-uchrezhdeniyah (Дата обращения: 27.10.2020)

27. ГБУ ДО ЦВР Центрального района СПб[Электронный ресурс]: https://cvrcr.com/ (Дата обращения: 27.01.2021)

28. Чумаков Б. Н. Валеология: Учеб. пособие. - 2-е изд. испр. и доп. - М.: Педагогическое общество России, 2001 - 407 с.

29. Чурилова Т.М., Леденева Ю.Е., Топчий М.В. Дифференциальная. и возрастная. психофизиология. - Северо-Кавказский социальный институт, 2004. - 220 с.