Тема «Здоровьесбережение как одно из направлений организации внеурочной деятельности в условиях реализации ФГОС НОО» (из опыта работы)

 Руденко Е.А., учитель индивидуального обучения ГБОУ «Свердловский УВК № 1» Детский сад-гимназия»

С каждым годом, при поступлении в школу выявляется все большее количество детей, подверженных частым заболеваниям или находящихся на диспансерном учете. В течение последующих лет обучения их число увеличивается. Причины разные и не всегда связанные со школой. Воспитание здорового поколения является одной из приоритетных задач школы. Организация внеурочной деятельности в условиях реализации ФГОС НОО стала важной составляющей комплексной работы по здоровьесбережению. Для организации внеурочной деятельности школа выбрала оптимизационную модель на основе оптимизации всех внутренних ресурсов образовательного учреждения. Спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности представлено следующими курсами: - «Спортивные игры», способствуют формированию у детей интереса к спорту, учат детей играть по установленным правилам, бережно относиться к своему здоровью и здоровью других; - «Азбука психологического развития», помогает снижению школьной тревожности у учащихся до уровня, соответствующего возрастной норме; - «Разговор о правильном питании» помогает сформировать у детей основные представления и навыки рационального питания, связанные с соблюдением режима дня и правил гигиены; - на протяжении нескольких лет в школе введен всеобуч по шахматам; игра в шахматы положительно влияет на совершенствование у детей многих психических процессов и таких качеств, как восприятие, внимание, воображение, память, мышление, начальные формы волевого управления поведением; - «Театральная деятельность» включает в себя комплексные ритмические, музыкальные, пластические игры и упражнения, призванные обеспечить развитие двигательных способностей ребенка, пластической выразительности телодвижений, снизить последствия учебной перегрузки. В режиме дня младших школьников организовано двухразовое питание. День в школе начинается с утренней гимнастики. Обязательными элементами организации здоровьесбережения выступают физминутки и спортивные занятия различной направленности, так как значимость физических упражнений для растущего организма доказана многочисленными научными исследованиями. В первых классах осуществляется безотметочное обучение. На протяжении всех лет обучения проводится контроль адаптации здоровья. Психологическое сопровождение в группах и индивидуально в специализированных кабинетах школы помогает социализации учащихся. Ежегодно все учащиеся проходят диагностическое медицинское обследование перед школой. Зачастую эти данные способствуют своевременному обращению учащихся с родителями к медицинским специалистам. Проводится плановая работа с родителями: традиционные совместные воспитательные мероприятия с участием детей, педагогов, родителей. Родительские собрания ведутся по следующей тематике: - как подготовить ребенка к школе; - как помочь первокласснику адаптироваться в школе. Анкетирование родителей помогает учителю организовать индивидуальную работу с детьми, видеть их слабые и сильные стороны. Расположение школы позволяет организовать уроки и внеурочные мероприятия на природе, что особенно ценно для укрепления здоровья. Наличие спортивной площадки делает возможным проведение уроков физической культуры на открытом воздухе. Занятия по внеурочной деятельности предусматривают виды деятельности спортивно-оздоровительного, прогулочно-экскурсионного, игрового характера. Поэтому при наличии необходимых материальных условий (комната психологической разгрузки, игровая комната, спортивный зал; тренажерный, гимнастический залы; спортивная площадка, компьютерный класс) занятия внеурочной деятельностью являются неотъемлемой частью образовательного пространства и позволяют обеспечить сохранение здоровья школьников.