

**Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества» муниципального образования Арсеньевский район**

# **«Здоровьесберегающие технологии в дополнительном образовании»**

педагог дополнительного  
образования К.С. Даниелян

*Арсеньevo, 28.02.2023*

## Здоровьесберегающие технологии в ДО

Физическое здоровье детей тесно связано с их психическим и эмоциональным благополучием. Поэтому одно из основных направлений педагогической деятельности является применение в дополнительном образовании здоровьесберегающих технологий.

Применение в работе образовательных учреждений здоровьесберегающих технологий значительно повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, создаст у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, формы, методы, здоровьесбережение, здоровьеобогащение. Что же представляют собой здоровьесберегающие технологии? У разных авторов встречаются различные трактовки понятия здоровьесберегающие технологии. Родоначальником введения понятия «Здоровьесберегающие образовательные технологии» в практику является Н. К. Смирнов, который утверждает, что «Здоровьесберегающие образовательные технологии» можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики, как совокупность форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья, как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье ребенка и педагога.

Основная цель здоровьесберегающих технологий является обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни.

Для достижения цели необходимо решение ряда задач: сохранить, обогатить и поддержать здоровье субъектов педагогического процесса в дополнительном образовании: детей, педагогов и родителей. Снизить заболеваемость, сохранить работоспособность.

В педагогическом процессе ДО чаще всего используют следующие виды здоровьесберегающих технологий: физкультурно-оздоровительные (физкультминутки); технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дополнительного образования; здоровьесберегающие образовательные

технологии в дополнительном образовании; технологии валеологического просвещения родителей.

Физкультурно-оздоровительные технологии в дополнительном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся: развитие физических качеств, двигательной активности, формирование правильной осанки. Реализация этих технологий, широко используются педагогами дополнительного образования в разных формах организации педагогического процесса: во время занятий и в перерывах между занятиями.

Технологии социально-психологического благополучия ребёнка – это технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье обучающихся. Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе обучения, общения со сверстниками и педагогами в ДДТ и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия воспитанников ДДТ. Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также педагог дополнительного образования в текущем педагогическом процессе ДО. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе ДО.

Основные принципы здоровьесберегающих технологий в ДО

- Создание образовательной среды, обеспечивающей атмосферу доброжелательности, веры в силы ребенка, индивидуальный подход.
- Творческий подход к процессу обучения.
- Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности.
- Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок – субъект образования, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации.

Формы работы, используемые в процессе единого здоровьесберегающего пространства ДО и семьи:

- Совместные открытые занятия с детьми и родителями;
- Индивидуальные беседы с родителями;
- Участие родителей в проведении конкурсов, праздников, досугов;
- Выставки детских работ, изготовленные совместно с родителями;

К технологиям сохранения и стимулирования здоровья относятся такие как: релаксация, подвижные физкультминутки, динамические паузы, гимнастика (пальчиковая, для глаз, дыхательная и др, гимнастика динамическая.

К коррекционным технологиям относятся: технологии воздействия цветом, арт-терапия, сказкотерапия, технологии музыкального воздействия.

Здоровьесберегающим технологиям должно уделяться как можно больше внимания в ДО, когда у ребенка закладываются основные навыки по формированию здоровья, это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам здоровьесбережения приведут к положительным результатам.