

Работа по здоровьесбережению, проводимая активом учащихся

Доклад советника директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями Сиваевой Е.А.

Как говорится, «Лучше предотвратить проблемы, а не решать их впоследствии». Поэтому большой акцент по сохранению здоровья нашей детей мы делаем на профилактическую работу, которая включает в себя и просветительскую деятельность, и практическую деятельность через вовлечение детей в различные мероприятия. Большую роль в вопросе профилактики играет Совет старшеклассников. Активисты нашей школы во главе с президентом регулярно проводят беседы и классные часы о вреде курения, употребления алкоголя и наркотических средств. Так же по инициативе детей в нашей школе бывают спортивные перемены, на которых активисты устраивают соревнования по настольному теннису, бадминтону или волейболу, то есть у учащихся есть возможность выплеснуть свои негативные эмоции. Плюс ко всему прочему ребята не проводят время в гаджетах, а активно проводят время. Привлечение детей к здоровому образу жизни осуществляется и через общешкольные зарядки, которые у нас проводят активисты Российского движения детей и молодежи. У вас уже была возможность с ними познакомиться. Так же РДДМэшники организуют спортивные мероприятия для учащихся младшей школы, например, «А ну-ка, девочки» и «А-ну-ка, мальчики». А старшеклассники-наставники принимают участие в подготовке учащихся начальных классов к соревнованиям «Спортивные орлы». Таким образом, старшие ребята прививают у малышей любовь к спорту и здоровому образу жизни.

Привлечение детей к здоровому образу жизни и занятиям спортом идет и через другие детские объединения. Например, ребята из военно-патриотического клуба «Авиатор», ведут достаточно активный образ жизни, занимаются физической подготовкой. Ведь без этого не получилось бы занимать достойные места в районных соревнованиях. А давней традицией нашей школы является проведение военно-спортивной игры «А ну-ка, парни!» между учениками старшего звена школы и военнослужащими срочной службы. Эту игру всегда с нетерпением ждут все учащиеся нашей школы, младшие ребята болеют за старшеклассников. А старшеклассники в свою очередь привлекают малышей к подготовке данного мероприятия. Сейчас у нас налажена совместная работа «Авиатора» с начальником медицинской службы в/ч 26473 по тактической медицине. Ребята получают навыки оказания первой медицинской помощи в условиях боевых действий.

Здоровый образ жизни – это не только про спорт, это еще и про психологическое здоровье детей. У детей серьезная нагрузка в учебное время, а

пресса, телевидение, даже детские мультфильмы несут в себе достаточно большой заряд агрессии, и согласитесь, атмосфера насыщена тревожными событиями. Все это влияет на эмоциональное состояние детей. И у них должна быть возможность психологической разгрузки. Здесь на помощь приходят такие детские объединения как школьный театр и школьный хор. Театрализованные игры создают веселую и непринужденную атмосферу, а участие в театрализованных представлениях формирует у детей творческое воображение и эмоционально-волевую сферу. Занятия танцами во время подготовки представления развивают физически. А занятия хоровым пением улучшают состояние здоровья, общее физическое развитие, при этом улучшается речь и память.

Возможность сменить деятельность и отвлечься есть и у детей, предпочитающих более спокойное времяпровождение. Здесь на выручку приходит волонтерский отряд. Плетение браслетов и маскировочных сетей успокаивает нервную систему, при этом активно развивается моторика рук. Что касается волонтеров, то они участвуют в укреплении здоровья всех обучающихся нашей школы. Отряд добровольцев осенью собирал шиповник и бруснику для нашей школьной столовой. И зимой, когда не хватает витаминов, детям дают чай с шиповником или брусникой.

Культура здорового питания прививается детям с раннего возраста через сбалансированное питание в столовой, а так же через занятия по внеурочной деятельности. Например, на кружке «Чемодан» ребята пекут правильные угощения из правильных продуктов.

Наряду с формированием здорового образа жизни и культуры питания, детям прививается и культура бережного отношения к окружающей среде. Ведь хорошая экология – это тоже залог крепкого здоровья. Экопропаганда – это удел агитбригады, участники которой так же представляют нашу школу на районных мероприятиях.

Популяризация культуры здоровья как базовой ценности и распространение здорового образа жизни вошли в число основных задач в сфере сбережения детей и укрепления благополучия семей, перечисленных в утвержденной президентом РФ Владимиром Путиным Стратегии комплексной безопасности детей до 2030 года. Поэтому моя задача как советника сделать все от меня зависящее, чтобы наши дети вели здоровый образ жизни.