

**Мищерякова Любовь Викторовна**

аспирант, ассистент

**Чашина Галина Михайловна**

магистрант

Научный руководитель

**Ганьшина Галина Васильевна**

канд. пед. наук, доцент

Департамент социально-культурной деятельности  
и сценических искусств

ГАОУ ВО «Московский городской  
педагогический университет»

г. Москва

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

*Аннотация:* в статье представлен теоретический анализ подходов ученых и практиков к проблеме формирования здорового образа жизни детей в условиях учреждений дополнительного образования. В исследовании авторами определены социокультурные условия формирования здорового образа жизни детей в условиях учреждений дополнительного образования.

*Ключевые слова:* здоровый образ жизни, здоровье, дети, учреждение дополнительного образования, досуг.

Формирование многогранной, креативной, гуманистически направленной личности обеспечивается разноплановой деятельностью учреждений образования и культуры [4, с. 5]. В этом контексте основной задачей становится развитие плодотворного сотрудничества учреждений культуры, основного и дополнительного образования, клубной системы, общественных объединений позволит создать прочную платформу для организации здоровьесберегающего досугового пространства [3, с. 7]. Формирование культуры здорового образа жизни детей, наполнение досугового пространства креативными видами деятельности и

спортом, требует от специалистов учреждений культуры и образования разработки и реализации авторских программ и проектов по организации содержательного рационального досуга [2, с. 60].

Здоровый ребенок – одно из главных условий правильного формирования его характера, развития творческой инициативы, сильной воли, природных задатков. У здорового ребенка быстрее формируются все необходимые умения и навыки, он лучше приспосабливается к смене условий и адекватно воспринимает предъявляемые к нему требования. Однако, усложнение общественной жизни, экологические, психологические, техногенные факторы провоцируют негативные тенденции в состоянии здоровья детей [1, с. 62]. В.А. Сухомлинский утверждал, что забота о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это, прежде всего, забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества [5, с. 20].

Формирование здорового образа жизни включает в себя три основные задачи: глобальную – обеспечение физического и психического здоровья детей; дидактическую – вооружение обучающихся необходимыми знаниями в области охраны здоровья, привитие им умений, навыков и привычек, позволяющих предотвращать травматизм, и способствующих сохранению здоровья, трудоспособности, долголетия; методическую – вооружение обучающихся знаниями физиологических основ процессов жизнедеятельности человека, правил личной гигиены, профилактики различных заболеваний и расстройств, а также знаниями о пагубном воздействии на организм наркотических и психотропных веществ [6, с. 47].

Эффективность формирования здорового образа жизни напрямую связана с участием детей в этом процессе. Важным является формирование у дошкольника активной позиции по отношению к собственному здоровью. Успех в этой области напрямую зависит от взрослых – родителей и педагогов [9].

Педагогический ресурс учреждений дополнительного образования детей содействует здоровьесбережению, объединению их по интересам. В отличие от

школы, где жизнь детей связана со значительными физическими, интеллектуальными, психоэмоциональными нагрузками, учреждения дополнительного образования предоставляют им возможности свободного выбора деятельности, создают условия для творческой самореализации личности, обеспечения ее разносторонних индивидуальных потребностей в духовном, нравственном, физическом совершенствовании, организации содержательного досуга и здорового образа жизни [10].

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения зависит от правильной организации образовательного процесса. Технологию, применительно к поставленной проблеме сохранения здоровья детей, можно определить как здоровьесберегающую педагогическую деятельность, которая переводит образование в рамки человекообразующего и жизнеобеспечивающего процесса, направленного на сохранение и приумножение здоровья растущей личности [7, с. 12].

Формированию культуры здоровья детей способствуют тщательная разработка и подготовка каждого мероприятия, использование современных форм, средств и методов социально-культурной деятельности, конструктивное взаимодействие учреждений культуры, образования, социальных структур, представителей органов власти, медицинских учреждений и т.д. [8, с. 126].

Социально-культурными условиями эффективности организации работы по сохранению и укреплению здоровья детей являются:

- уровень профессиональной компетентности педагогов в процессе формирования культуры здорового образа жизни (ЗОЖ), владение валеологическими знаниями и умениями, сформированным ценностным отношением к своему здоровью, здоровому образу жизни, развитой способностью к рефлексии своей жизнедеятельности и выраженной направленностью всех видов деятельности на сохранение, укрепление и формирование здоровья;
- формирование и развитие аксиологического, технологического и креативно-личностного компонентов ЗОЖ детей и подростков;

– повышение эффективности формирования культуры ЗОЖ детей обеспечивается максимально полным учетом особенностей образовательного пространства учреждения дополнительного образования и реализацией комплекса педагогических условий: здоровье учащихся определяется и рассматривается как целостное единство структурно-функциональных, физико-химических и психологических, эмоциональных, духовных компонентов; в учреждении дополнительного образования обеспечивается формирование у учащихся понятий, мотивации и навыков здорового образа жизни в соответствии с возрастными особенностями, ценностными ориентациями, морально-волевыми установками и уровнем образованности.

### ***Список литературы***

1. Бабаев А.В. Событийные мероприятия как фактор совершенствования семейного досуга / А.В. Бабаев // Среднее профессиональное образование. – 2019. – №8–9. – С. 61–65.

2. Бабаев А.В. Организация досуга современной семьи в учреждениях культуры и образования / А.В. Бабаев, Г.В. Ганьшина, Л.В. Мищерякова // Среднее профессиональное образование. – 2020. – №5–6. – С. 56–65.

3. Бабаева Е.В. Сотрудничество вуза с учреждениями культуры как форма диверсификации высшего образования / Е.В. Бабаева, Г.В. Ганьшина, С.Ю. Заварина // Перспективы науки и образования. – 2018. – №6 (36). – С. 235–245.

4. Бабаева Е.В. Организация досуга студенческой молодежи: историко-культурологический опыт 1970–1980 гг. / Е.В. Бабаева, Г.В. Ганьшина, Ж.В. Муравьева. – Орехово-Зуево, 2017. – 214 с.

5. Ганьшина Г.В. Гуманистические идеи педагогикисотрудничества В.А. Сухомлинского / Г.В. Ганьшина // Российские регионы: взгляд в будущее. – 2014. – №1 (1). – С. 4–23.

6. Ганьшина Г.В. Психолого-педагогические основы рекреации и анимации / Г.В. Ганьшина. – М.: Изд-во МГПУ, 2016. – 98 с.

7. Ганьшина Г.В. Формирование здорового образа жизни молодежи средствами рекреативных технологий: автореф. дисс. ... канд. пед. наук / Г.В. Ганьшина. – Тамбов, 2005. – 22 с.

8. Организация семейного досуга средствами социально-культурной анимации: монография / А.В. Бабаев, Е.В. Бабаева, Г.В. Ганьшина [и др.]; под ред. Г.В. Ганьшиной. – Орехово-Зуево: Изд-во ГГТУ, 2019. – 228 с.

9. Babaev A.V., Babaeva E.V., Ganshina G.V. Modern family leisure activities organization in theme parks / A.V. Babaev, E.V. Babaeva, G.V. Ganshina // Перспективы науки и образования. – 2019. – №5 (41). – С. 345–355.

10. Ganshina G.V. The basics of the specialist job profile diagram related to the field of socio-cultural activities / G.V. Ganshina, E.V. Babaeva, E.I. Medved [et al.] // Humanities and Social Sciences Reviews. – 2019. – Т. 7. – №6. – С. 722–726.