**ГБООУ « Болгарская санаторная школа-интернат»**

**Заседание МО воспитателей**

**«Роль воспитателя в укреплении психологического и физического здоровья детей в условиях школы – интерната.»**

**Подготовила: Кобенячкина О.А**

**Воспитатель**

**Роль воспитателя в укреплении психологического и физического здоровья детей в условиях школы – интерната.**

Стремительно меняется время, меняется общество и отношения между людьми. А в современной школе-интернате роль педагога-воспитателя остаётся неизменной. Он не только руководит, направляет, но главное воспитывает.

Чтобы процесс воспитания проходил успешно, безболезненно, в нашей школе создана такая атмосфера, где ребёнку хорошо и уютно, как в семье, где его любят, ценят, где о нём заботятся настолько, что он станет интересен себе и другим. Педагоги прилагают все усилия, чтобы ребёнок, переступая порог школы, почувствовал, что его здесь ждут.

Самое высокое творчество – это раскрытие и реализация каждым учеником своих потенциальных возможностей. Поэтому педагогическая позиция нашего коллектива заключается в принятии каждого ученика, как личности, признании его индивидуального своеобразия, его права проявлять своё Я. Используя СЛОВО, ДЕЛО и НАБЛЮДЕНИЕ, воспитатели создают условия, чтобы каждый воспитанник проявил себя.

Основная задача педагога - быть помощником ребёнку в его жизненном самоопределении. Одно из условий успешного воспитания в школе-интернате заключается в следующем: воспитанник не должен ощущать давления со стороны взрослых, он должен чувствовать рядом плечо старшего друга, готового всегда прийти на помощь. Чтобы понять, что интересует, что радует, что утомляет, что обижает детей, педагоги чаще всего встают на их место.

***Воспитательная среда****–****это та действительность, которая окружает ребёнка, из которой он черпает знания об отношениях.***

Так как ценности в школьный коллектив привносит именно педагог, то нам наиболее важным представляется определение тех черт, которые характеризуют как ученика, так и педагога, а это:

образованность, целеустремлённость, демократичность ,интеллигентность; воспитанность,

законопослушность,творческая направленность,сохранение здоровья

Судьбы воспитанников школ-интернатов, как правило, бывают непростыми. Задача педагогов – помочь этим детям стать счастливыми. А для этого необходимо дать им соответствующее образование, научить их жить, помочь стать нужными обществу, найти в нем своё место после выхода из школы-интерната.

Правильно построить воспитательный процесс в школе-интернате непросто. В нашем учреждении мы стараемся осуществлять его в двух взаимосвязанных аспектах:

развитие личности ребёнка;

оздоровительный компонент

Быть здоровым – это естественное состояние человека. В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) здоровье определяется как состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека, а не только отсутствие у него болезней и физических дефектов.

    В настоящее время одной из важных задач стоящими перед педагогами является  сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Как говорил В.А. Сухомлинский «Я не боюсь ещё и ещё раз повторять: забота о здоровье – это важный труд педагога. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их умственное развитие, прочность знаний».

   Дети, обучающиеся в нашей школе, в основном имеют 2 группу здоровья, в большей массе это дети из неблагополучных семей или дети лишённые родительского попечения. И наша задача содействовать гармоничному физическому и психическому развитию личности.

  В нашей школе уделяется большое внимание оздоровлению детей. Происходит это в процессе ежедневной жизни и быта школы. День всегда начинается с утренней зарядки (младшие и старшие по возрасту.. Во время каждого урока и самоподготовки  обязательная физкультурная пауза.. Наряду с этим ежемесячно проводятся дни здоровья и массовые спортивные праздники. В школе функционирует баскетбольная и волейбольная секция, Огромное значение имеет прогулка, т.к. во время проведения игр на свежем  воздухе у ребёнка закаляется нервная система и в целом укрепляется здоровье.( фото прогулок)

Ведь именно в процессе двигательного творчества ребёнок получает возможность личностного самовыражения. Игры снимают напряжение, возникающие в процессе учебных занятий. Они являются одним из самых доступных, эмоциональных и вместе с тем действенных средств физического развития.. Здесь необходимо учитывать не только возрастные, но и психофизические особенности и недостатки каждого ребёнка. Подвижные игры имеют, оздоровительное значение. В процессе игры у ребёнка формируются и совершенствуются основные двигательные качества: быстрота, ловкость, точность, координация движений, сила и выносливость. В том числе участие в игре вырабатывает стойкий характер и воспитывает такие качества как целеустремлённость, выдержка, дисциплинированность, коллективизм. Игра – это средство общения детей друг с другом, а так – же воспитателя с воспитанником.

  По определению Сидорова А.П. « Здоровый образ жизни - это активная деятельность людей, направленная на сохранение и улучшение здоровья».

Но нужно учитывать, что образ жизни человека не складывается сам по себе в зависимости от обстоятельств, а формируется в течение жизни целенаправленно и постоянно. Формирование здорового образа жизни является главным рычагом первичной профилактики в укреплении здорового человека через изменения стиля и уклада жизни, в его оздоровлении с использованием гигиенических знаний о борьбе с вредными привычками, преодолением неблагоприятных жизненных ситуаций.

Формирование здорового образа жизни должно выражаться в привитии и закреплении навыков, умений и жизненных стереотипов, охватывающих рациональную организацию труда и отдыха, снижение факторов риска, ухудшающих состояние здоровья (нерациональное питание, гиподинамия, вредные привычки и др.), способы увеличения резервов здоровья.

У детей воспитывающихся в школе - интернате, необходимо закладывать и формировать осознанную, добровольную мотивацию к получению знаний и сохранению собственного здоровья, а также воспитывать привычку к здоровому образу жизни, Обязательным условием успешного формирования здорового образа жизни является тесный, здоровый, эмоциональный контакт воспитателя и ребёнка.

В нашей школе разработаны оздоровительные мероприятия, которые направлены на решение задач для укрепления физического здоровья, проводятся спортивно - развлекательные конкурсы, «Праздник здоровья»..Разработаны авторские программы.

Основополагающими задачами стали не только формирование физического здоровья, но и духовного. Недостаточно научить ребёнка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Очень важно, чтобы ребёнок с раннего возраста учился любви к себе, людям, жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров, будет стремиться к здоровому образу жизни. Необходимо формировать у ребенка нравственное отношение к своему здоровью, которое выражается в желании и потребности быть здоровым, вести ЗОЖ. Он должен осознать, что здоровье для человека важнейшая ценность, главное условие достижения любой жизненной цели, и каждый сам несет ответственность за сохранение и укрепление своего здоровья. Чтобы мотивировать его на здравоохранительное поведение, необходимо заинтересовать, создать положительные эмоции при освоении знаний, дать почувствовать удовольствие от методов оздоровления, использовать положительные примеры из окружающей жизни.

В процессе деятельности по формированию здорового образа жизни проводится большая работа, чтобы увлечь, научить и дать знания в соответствии с возрастом детей. Используется множество разнообразных форм и методов работы: беседы, деловые, сюжетно-ролевые, дидактические игры, игры - путешествия, игры – соревнования. Такие воспитательные мероприятия, как « Самое дорогое у человека – это здоровье», « Вредным привычкам - нет», «Опасные привычки и их влияние на здоровье человека», «Гигиена и питание»и многие другие занятия, которые проходят на высоком уровне. Дети относятся к ним со всей серьёзностью, ощущая себя обличителями пагубных пристрастий. Воспитанники глубже чувствуют вред, наносимый употреблением табака и алкоголя, задумываются о своём здоровье.

Следовательно, занятия оздоровительного характера должны вызывать у ребёнка положительные эмоциональные реакции, по возможности содержать двигательные упражнения. Кроме того,материалы подобных занятий должны находить отражения во всех режимных моментах учебно-воспитательного процесса(учебных занятиях, режиме дня, уроках физической культуры, воспитательских занятиях, внеклассных и внешкольных мероприятиях.)

Для школьников основными составляющими элементами ЗОЖ являются рациональное питание, двигательная активность, общеукрепляющие и антистрессовые мероприятия, полноценный отдых, высокая медицинская активность. В современных сложных социально-экономических условиях отсутствие этих элементов в поведении значительной части школьников является фактором риска возникновения заболеваний . Учитывая состояние здоровья детей школьного возраста, в последние годы в стране значительно активизировалась работа по созданию здоровьесберегающей системы образовательного учреждения, направленной на формирование у детей навыков здорового образа жизни .

Таким образом, в школе ведется интересная и разнообразная работа по формированию здорового образа жизни. Есть много положительных результатов, наблюдается хорошая динамика в плане здоровья.

Воспитывая у детей потребность, ежедневно двигаться, выполнять физические упражнения, быть в гармонии с собой и людьми, у них закладываются прочные основы хорошего здоровья.

Целеустремленная, терпеливая и последовательная работа позволяет решать задачи укрепления здоровья воспитанников, формирования у них устойчивых навыков здорового образа жизни.

**Миссия школы - интерната:**

Школа-интернат – это дом, в котором каждый ребёнок открывает свои способности, таланты, обретает друзей. Это мастерская культуры умственной, коммуникативной,  эмоциональной и этической деятельности, это заведение, готовящее к жизни среди людей и для людей.

В заключении, вслед за великим гуманистом и педагогом Ж.-Ж.Руссо хочется сказать: “Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым”.