

Валеологическое воспитание учащихся с ОВЗ во внеурочной деятельности.

Здоровый образ жизни - это осознанная, активная деятельность людей, направленная на сохранение, улучшение и укрепление здоровья.

Валеологическое воспитание - целенаправленный процесс формирования у школьников здорового образа жизни. Сложный процесс воспитания требует индивидуального подхода к ребенку, поэтому творческий характер решения проблемы играет значительную, положительную роль.

Задачами валеологического воспитания являются:

- формирование у школьников понятия «здоровый образ жизни»;
- формирование у учащихся ценностного отношения к здоровью своему и других людей;
- развитие стремления вести здоровый образ жизни;
- развитие умений и навыков, лежащих в основе здорового образа жизни.

Построение модели валеологического воспитания основывается на основе педагогических подходов - личностно ориентированного и деятельностного. Личностно ориентированный подход позволяет организовывать помощь воспитаннику в осознании себя личностью, в выявлении, раскрытии его возможностей, становлении самосознания, в осуществлении личностно значимых и общественно приемлемых самоопределения, самореализации. Деятельностный подход подразумевает активное взаимодействие с окружающей действительностью, в ходе которого ребёнок выступает как субъект, целенаправленно воздействующий на объект и удовлетворяющий свои познавательные потребности.

В первоначальный период, когда дети попали в новые социальные отношения, воспитательная работа строилась на индивидуальном подходе. Для структурирования работы на начальном этапе, мною была разработана практико-ориентируемая модель, помогающая чётко, планомерно, системно реализовывать здоровьесберегающие и педагогические технологии, учитывая особенности развития детей.

Индивидуальный маршрут педагогического сопровождения, разрабатывался опираясь на рекомендации специалистов. Воспитательный процесс проводился последовательно и систематически, по необходимости корректировался, решая поставленные задачи:

- сформировать смысловое представление об элементарных правилах здоровьесбережения,
- создать представления об основных понятиях здорового образа жизни,
- добиться выполнения элементарных правил здоровьесбережения (на уровне первоначального умения).

Здоровьесберегающие технологии, используемые в работе с детьми: дыхательная гимнастика, пальчиковая игровая гимнастика, упражнения на развитие тактильных ощущений, физкультминутки, подвижные игры, дидактические игры, соблюдение режимных моментов.

Средства, используемые при реализации здоровьесберегающих технологий: средства двигательной направленности; гигиенические факторы; оздоровительные силы природы.

Основными принципами содержания и форм работы в образовательном учреждении детей с ОВЗ являются: соблюдение интересов ребенка; системность; непрерывность.