

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец детского (юношеского) творчества Московского района Санкт-Петербурга



«Формы работы по организации укрепления здоровья обучающихся в условиях дополнительного образования»

Педагог-психолог ГБУ ДО ДД(Ю)Т
Московского района

Константинова Марина Сергеевна



- Творческая деятельность сама по своей природе обладает здоровьесформирующим потенциалом.
- С творчеством специалисты в области психологии здоровья связывают важный критерий психологического здоровья – возможность самоактуализации.
- Творческая деятельность ведёт человека к развитию, при этом является средством развития, самореализации, раскрытия способностей и задатков.

- Исследователями феномена творчества установлено, что творческие люди лучше концентрируют свою энергию и силы для решения внутренних и внешних конфликтов.
- По мнению большинства психологов, творчество является одним из средств преодоления негативных проявлений, возникающих в связи с конфликтами и стрессами.
- По утверждению А. Маслоу, творчество и психологическое здоровье неотделимы. По-настоящему творческим является психологически здоровый человек.



Основные направления работы ДД(Ю)Т

- **гигиено-профилактическое** (сохранение здоровья через организацию учебной деятельности);
- **эколого-сохраняющее** (развитие здоровья при формировании экологически целесообразных отношений участвующих с окружающей средой);
- **обеспечение безопасности жизнедеятельности** (обучение методам сохранения здоровья и жизни в чрезвычайных обстоятельствах).



Основные формы работы ДД(Ю)Т

С 2012 года работа по здоровьесбережению в ДД(Ю)Т представлена в следующих формах:

- **Использование здоровьесберегающих методик** в рамках дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ;
- **Создание информационной среды по здоровьесбережению;**
- **Системные мероприятия, ориентированные на сохранение здоровья учащихся:** летняя оздоровительная кампания и осенние выезды в детские оздоровительные лагеря;
- **Системные мероприятия, ориентированные на формирование культуры здорового образа жизни** школьников: просветительско-профилактические программы «Живи с плюсом», Тренинг «Иллюзии здоровья» в рамках цикла мероприятий для школьников «Право на выбор», ежегодный районный конкурс рисунков и открыток «В каждой ложке здоровья немножко»);

Информационный проект «Формула здорового питания»

в рамках страницы «Родительский клуб»

С 2013 г.

Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей
Дворец детского (юношеского) творчества Московского района
Санкт-Петербург

Главная О Дворце Ссылки Коллектив Даты Галерея Гостиная сайта Полезная информация Контакты

Дорогие друзья! Мы рады представить вам официальный сайт Дворца!

Сайт Версия для слабовидящих Карта сайта

Сведения об образовательной организации

Наша группа Контакты

Модель формирования семейных ценностей у детей и подростков

Электронная записка в коллективы

Расписание занятий

Приним в коллективы

Приглашаем на работу

Фестивали и конкурсы

Дистанционное обучение

Родительский клуб

Сетевое сообщество

Родительский клуб

Дорогие родители!

Как было бы здорово, если бы к каждой маме и папе приходило бы специальное пособие по его воспитанию! И если бы все воспитательные мамы и папы делали правильно – избегали бы повторения ошибок из собственных родительств! А еще хотелось бы, чтобы у всех людей, занимающихся воспитанием детей – матерей и отцов, бабушек и дедушек, учителей и друзей, – были специальные устройства для чтения мыслей. Уж тогда они ни в коем случае не понимали бы намерения малышей прервать и не допускали бы ошибок в воспитании! И как здорово было бы, если бы каждый ребенок рос здоровым, счастливым, безмятежным и свободным!

Увы, нет на маленьких полах наших домов, не существует пока на свете ни прибора для чтения мыслей, ни мамки, которая могла бы прочитать. Когда мы сами становимся родителями, у нас возникает уверенность, что при надобности мы без труда разберемся, как поступить, и что нашим детям будет вполне достаточно тех методов, с помощью которых воспитывали нас. На самом же деле никто не может точно «знать», как воспитывать детей, а повторение воспитательского опыта своих родителей с равной вероятностью может и причинить детям муки, и направить их на путь становления здоровой, цельной и гармоничной личностью.

Для того, чтобы помочь вам ответить на многие волнующие вопросы, сделать процесс воспитания детей приятным, увлекательным и полезным с 2012 г. на сайте ДД(Ю)Т создан клуб родителей. Здесь можно найти полезную информацию о психологических особенностях детей, их развитии и многое другое.

Статьи, опубликованные в данном разделе, помогут сохранить психологическое здоровье вам и вашим детям.

Клуб для родителей ведет педагог-психолог ДД(Ю)Т Константинова Марина Сергеевна. Стаж работы по специальности: 3 лет. Образование: ПТУБ им. А.И. Герцена (магистр). Специальность: детский арттерапевтический психолог.

Задать интересующие вас вопросы можно по электронной почте: ddtmok@sph.edu.ru с пометкой "родительский клуб" или для Бабоч М.С.

- "Возвращение слона"
- "Дисциплина с любовью"
- "Ребенок и компьютер"
- "Здоровье – берега нашей деятельности учреждения дополнительного образования"
- "Памятка родителям от ребенка"
- "Отрабатывая педагогика"
- "Памятка родителям первоклассников"
- "Психологический портрет начального периода"
- "Родители, помогайте себе"
- "Мини-ПРАКТИКУМ. Развитие и воспитание психологов, которые помогут вам лучше организовать общение с ребенком, дать ему возможность почувствовать"

Формула здорового питания

Представляем вашему вниманию новый информационный проект для всей семьи - "Формула здорового питания".

Здоровье обучающихся – одно из важных условий благополучия образовательного учреждения. А **правильное питание** – одно из главных условий сохранения здоровья. Именно поэтому в 2013 г., на базе сайта ДД(Ю)Т, создан информационный проект "Формула здорового питания", посвященный здоровому питанию детей и их родителей. Он состоит из 11 основных тем, представляющих информацию о правильном питании в доступной для восприятия как взрослыми, так и подростками, форме. Представленная информация будет полезна обучающимся и их родителям, а также может использоваться педагогами при проведении учебных мероприятий (конкурсов, праздников, родительских собраний и т.д.), связанных с формированием здорового образа жизни, интегрироваться в содержание учебных занятий.

Проект "Формула здорового питания" создан для реализации следующих воспитательных и образовательных задач:

- Развитие представления обучающихся о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье.
- Расширение знаний обучающихся о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирования готовности соблюдать эти правила.
- Развитие навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.
- Развитие представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознания того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности.
- Развитие представления о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и

Информационный проект для всей семьи "Формула здорового питания".

Презентация:

- [Здоровье - это здорово!](#)
- [Где и как мы едим](#)
- [Продукты разные нужны, продукты разные важны](#)
- [Энергия пищи](#)
- [Режим питания](#)
- [Ты - покупатель](#)
- [Ты готовишь себе и друзьям](#)
- [Кухни разных народов](#)

ЗДОРОВЬЕ — ЭТО ЗДОРОВО

Что такое здоровый образ жизни?

Здоровье — это совокупность условий полноценной жизни человека.

Под здоровым образом жизни следует понимать способ жизнедеятельности, который направлен на развитие и укрепление как физического, так и психического и социального здоровья и который реализуется в различных сферах жизни человека.

Оздоровительная кампания ДООЛ «Заря», г. Зеленогорск



Оздоровительная кампания

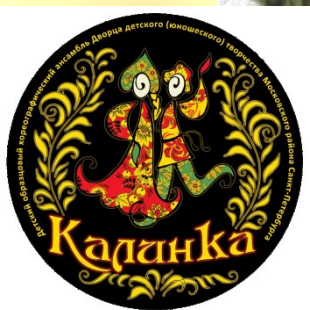
Выезды в детские оздоровительные лагеря



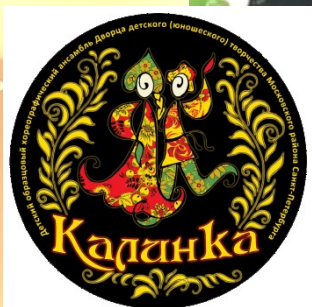
База отдыха «Гравик», г.Феодосия



Оздоровительная кампания Санаторий «Киев» г. Керчь (Украина)



Оздоровительная кампания ДОЛ «Солнечный, Ленинградская область»



Тренинг “Иллюзия здоровья” в рамках цикла мероприятий «Право на выбор»



С 15.09 по 26.09.2014



Просветительская профилактическая программа «ЖИВИ с ПЛЮСОМ!»



2011-2014



Совместно с муниципальным
образованием МО МО Звездное

Районный конкурс рисунков и открыток «В каждой ложке здоровья немножко»



Акция «Здоровое питание»



Основные формы работы с родителями





Основные формы работы с родителями

1. **Мини-лекции** по следующей тематике «Возрастные особенности развития детей», «Методы саморегуляции в ситуации стресса», «Профилактика простудных заболеваний», «Значение правильного питания в нашей жизни» ;
2. Индивидуальные и коллективные **консультации** для родителей; роди
3. **Памятки** для детей и родителей;
4. **Ролевые игры и тренинги** для родителей и детей;
5. **Совместные занятия, мастер-классы** для детей и родителей;
6. **Информационная страница** на сайте учреждения для родителей **«Родительский клуб»**;
7. **Информационный проект** для подростков и родителей **«Формула здорового питания»**.

Ролевая игра «Два племени»



Совместное занятие в театре «Дуэт»



Совместные занятия с родителями



Информационный проект «Формула здорового питания» в рамках страницы «Родительский клуб»



Представленная информация используется педагогами родительских собраний и интегрироваться в содержание

Проект "Формула здоровых образовательных задач:

- Развитие представлений о ценностях, формирование
- Расширение знаний о укреплении здоровья,
- Развитие навыков правильного
- Развитие представлений о этикету являющемся
- Развитие представлений о истории народа.
- Пробуждение у детей расширения знаний о культуре своего народа

Информационный проект для всей семьи "Формула здорового

Презентации:

- Здоровье - это здорово!
- Где и как мы едим
- Продукты разные нужны, продукты разные важны
- Энергия пищи
- Режим питания
- Ты - покупатель
- Ты готовишь себе и друзьям
- Кухни разных народов



Спасибо за внимание!

