**Сбережение здоровья детей в учреждениях дополнительного образования.**

МОУ ДОД «ЦДОД» Заводского района» г. Саратова.

(из опыта работы педагога дополнительного образования Пономарёвой Е. А.)

В образовательных учреждениях всех типов уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, нацеленным на сохранение, поддержание и улучшение здоровья детей.

Задачи:

- вооружить необходимым багажом знаний, умений, навыков;

- привить и воспитать культуру здоровья.

Я в своей работе использую определённую систему, состоящую из ряда последовательных технологий:

1. Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса, согласно СанПиН 2.4.2.1178-02.
2. Своевременная влажная уборка помещений, проветривание помещения во время перемен, поддержание оптимальной температуры во время занятий.
3. Правильное освещение рабочего пространства.
4. Использование комнатных растений с высоким коэффициентом очищения и увлажнения воздуха.
5. Удобная мебель и другой инвентарь.
6. Допуск к занятиям, на основании медицинских заключений. Поддержание здоровья и профилактика заболеваний.
7. Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников.
8. Учебная нагрузка: 144 часа/год; 2часа/2дня в неделю; переменки – 10 минут, между группами – 15 минут.
9. Использование ступенчатого режима обучения (снижение интенсивности подачи обучающего материала с включением динамической паузы).
10. Физкультурные переменки.
11. Дыхательные упражнения.
12. Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения.
13. Создание благоприятного психологического климата. Доброжелательная обстановка, спокойная беседа, внимание к каждому обучающемуся.
14. Снятие эмоционального напряжения: использование дидактических игр, включение пословиц и поговорок, музыкальные переменки.
15. Технология уровневой дифференциации обучения на основе обязательных результатов.
16. Индивидуальный подход к обучающемуся, с учётом его особенностей.
17. Выявление и профилактика девиантного поведения.
18. Стимулирование к действию, делегирование самостоятельности, создание обстановки для естественного самовыражения.
19. Рефлексия – высказывание собственного суждения каждого. Совместное обсуждение итогов работы: выявление недочётов и успехов.
20. Стимулирование побед.
21. Инновационные формы занятий.

1) Игровая форма занятий. Работа под тихую, лёгкую музыку.

2) Использование авторских методических материалов.