



Дополнительное образование как способ достижения физического и духовного здоровья обучающихся

Педагог – организатор
Медведев М.М.

Педагог – организатор
Еремеева Л.С

15 школа Василеостровского
района.

Здоровье детей — приоритет государства!

Школьники — будущий потенциал и основа благосостояния страны.
Медицинская статистика фиксирует рост хронических заболеваний.

Ключевые факторы риска:

Ухудшение экологии	01
--------------------	----

Гиподинамия (малоподвижность)	02
-------------------------------	----

Психологическое перенапряжение	03
--------------------------------	----

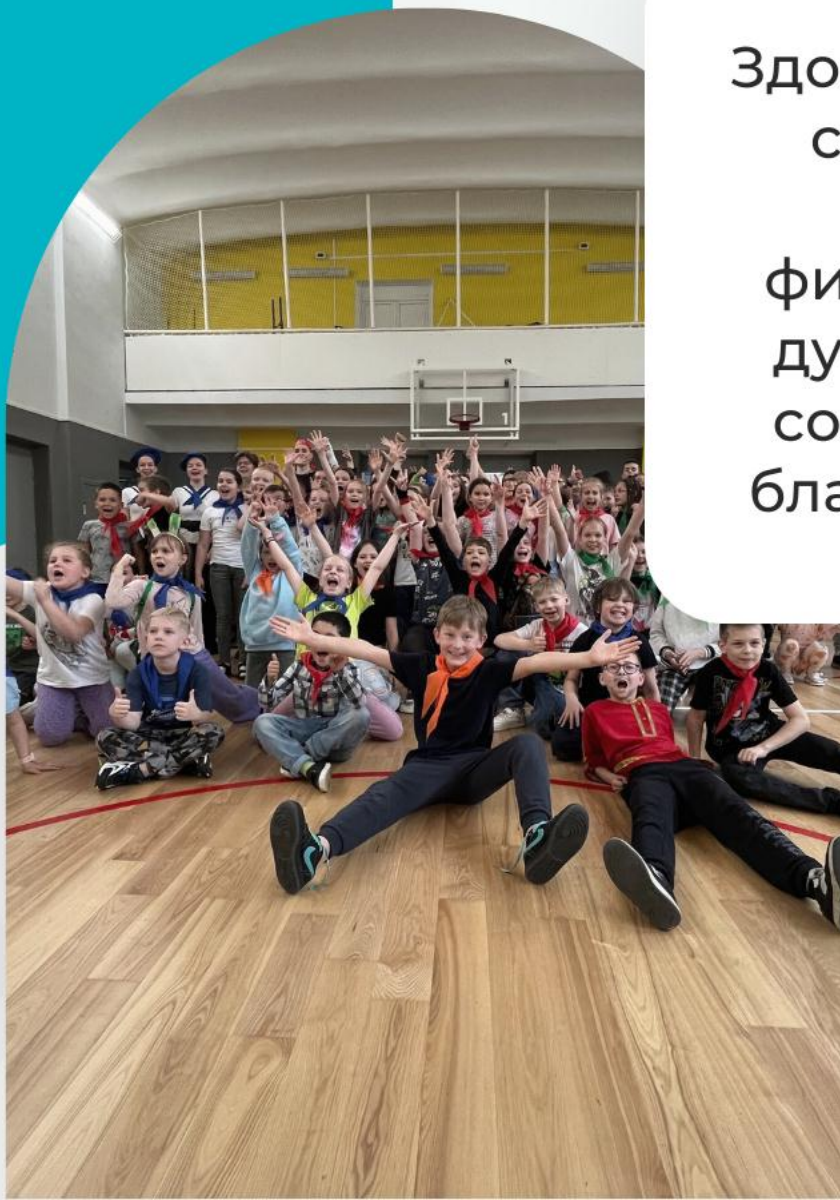
Несбалансированное питание	04
----------------------------	----



Здоровье — это единство трёх начал

Здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия.

- **Физическое здоровье** – состояние тела и организма;
- **Психическое здоровье** – эмоции, интеллект, разум;
- **Социальное здоровье** – адаптация в обществе, эмпатия, ответственность.



Роль дополнительного образования

Цель:
Всестороннее и гармоничное развитие личности.

Задача:
Помочь ребенку справиться с высокими учебными нагрузками и создать условия для восстановления сил через движение.

Школьный возраст — самый благоприятный период для развития физических качеств и функциональных возможностей организма.



Движение как лекарство

- Снимают накопившееся напряжение.
- Восстанавливают умственные и физические силы.
- Яркое оформление создает праздничную атмосферу и повышает мотивацию.



Движение как лекарство

Музыка + движение = инструмент для гармоничного развития.

Развивает чувство ритма — основу для многих видов деятельности. Активизирует мышление и устойчивый интерес.



Что развивают музыкально-двигательные упражнения?

Психоэмоциональная сфера:

- Снятие напряжения
- Развитие внимания и памяти
- Развитие творческого воображения

Физическая и социальная сфера:

- Координация и ловкость
- Пространственная ориентация
- Социализация (навыки работы в группе)



Выводы

Внеклассные спортивно-оздоровительные мероприятия — это эффективный и увлекательный способ укрепления здоровья школьников. Они комплексно воздействуют на физическое, психическое и социальное благополучие ребенка. Использование музыки и ритма многократно повышает эффективность и интерес детей.



Спасибо за внимание!