

*Суздальцева Полина Сергеевна,  
педагог дополнительного образования,  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного  
образования «Военно-спортивный центр «Патриот»,  
г. Новокузнецк.*

**ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГОВ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
И ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ КАК ЗАЛОГ УСПЕХА  
В ФОРМИРОВАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО  
ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩИХСЯ**

*«Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь и мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».*

Сухомлинский В.А.

Здоровье населения - высшая национальная ценность, и возрождение наций должно начаться именно со здоровья, в первую очередь детей. «Здоровье - дело не только личное, но и общественное» - постановил Всероссийский съезд «Здоровое поколение – здоровая Россия» [3].

Современные исследования доказывают, что проблема здоровья подрастающего поколения выходит за границы здравоохранения. Ранее ухудшение здоровья детей в школьные годы рассматривалось, как результат неблагоприятного воздействия только социально-экономического и экологического факторов. Сейчас поднимается проблема отрицательного влияния на здоровье школьников педагогических факторов - многочисленные данные различных регионов страны выявили реально

существующие тенденции к ухудшению здоровья, физического состояния детей в процессе обучения. [5]

Таким образом, современный учитель, помимо предметной и дидактической подготовки должен способствовать укреплению и сохранению здоровья школьников в процессе обучения. Кроме того, здоровье подрастающего человека – это проблема не только социальная, но и нравственная. Ребенок сам должен уметь быть не только здоровым, но и осознавать ценность здоровья.

*Центральным звеном педагогического процесса является учитель.* На наш взгляд, он в состоянии сделать для здоровья ученика больше, чем врач, поскольку он может работать так, чтобы обучение детей не только не наносило ущерба их здоровью, но и способствовало формированию культуры здорового и безопасного образа жизни. Многие современные школы делают только первые шаги в этом направлении и особенно ценны те теоретические и практические знания, которые накоплены в области валеологии, психологии, физической культуры, а также опыт и потенциал внеучебной и дополнительной образовательной деятельности в рамках физкультурно-спортивной и туристско-краеведческой направленности. На это нацеливает и федеральный образовательный стандарт второго поколения, где результаты образования рассматриваются в рамках деятельностного подхода и основная роль педагога состоит не только в том, чтобы дать знания о здоровье, режиме дня и т.д., но в том, чтобы сформировать потребность в здоровом образе жизни, сделать детей компетентными в вопросах укрепления собственного организма. [1, с. 9]

Однако, сам учитель-предметник может только способствовать поддержанию здоровья школьников, проводя во время уроков физминутки, на переменах подвижные игры, но он не в состоянии, как правило, один организовать выезды на природу, небольшие туристические путешествия, походы, спортивные мероприятия, поскольку не обладает определенными

знаниями, опытом организации и проведения, не располагает необходимой для этого материально-технической базой. Поэтому во многих школах в каникулярное время в качестве оздоровительной деятельности ребятам предлагаются автобусные туры, выезды в столицу или за рубеж, в которых большинство времени ребята проводят неподвижно. Обычно школьный педагог (за исключением учителя по физической культуре) просто не в силах в одиночку организовать физкультурно-спортивную деятельность, да и часто сам может быть слабо осведомлен в вопросах здоровья. Безусловно, что он может говорить ребятам о необходимости вести подвижный здоровый образ жизни, однако совершенно не знает о том, как сформировать потребность в нем.

И здесь, на наш взгляд, как нельзя лучше могут помочь педагоги дополнительного образования, реализующие программы физкультурно-спортивной и туристско-краеведческой направленности, поскольку задачи сохранения здоровья и формирования культуры в безопасном и здоровом образе жизни являются приоритетными в их деятельности.

Педагогами дополнительного образования могут быть предложены следующие формы организации детской деятельности с целью укрепления здоровья и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни: пешеходные экскурсии по родному краю, походы выходного дня, туристические путешествия, степенные и категорийные походы, спортивные лагеря на природе, спортивные мероприятия.

**Пешеходные экскурсии по родному краю, походы выходного дня** - один из интереснейших видов туризма, продолжительностью от одного до нескольких дней. Они не требуют больших материальных затрат и дают возможность не только детально познакомиться с местностью, в которой совершается путешествие [6], но и способствовать укреплению здоровья за счет физической активности на свежем воздухе, формированию экологического самосознания и воспитанию нравственно-эстетических и

патриотических чувств. Ни в коем случае не следует отождествлять пешеходную экскурсию с бесцельным блужданием. Всякая экскурсия должна совершаться по заранее обдуманному плану. Здесь учитель и педагог дополнительного образования должны работать вместе, сюда же желательно привлечь и школьников, чтобы они оказывали посильную помощь в организации экскурсии, занимая активную позицию. На наш взгляд, участие школьников на этапе подготовки также важно, как и их участие в самом мероприятии, именно участие, а не присутствие, поскольку активное вовлечение ребят в деятельность, их неравнодушие, формирование положительной мотивации будет залогом успешности мероприятия. Сколько личной инициативы, отношения и сил ребенок вкладывает - столько он от этого и получит, ведь нельзя забывать о том, что здоровье – это не только физическое благополучие, эмоциональный фон и личное отношение к происходящему вокруг тебя также влияет на состояние организма. Кроме того, таким образом, у школьника подсознательно формируется активная позиция в вопросах укрепления собственного здоровья. Например, ребята могут совместно с учителем планировать досуговую деятельность, самостоятельно подбирать подвижные или интеллектуальные игры, оказывать помощь в закупке и фасовке продуктов и пр.

Чем труднее и длительнее задуманное путешествие, тем более тщательной должна быть подготовка к нему. Разработка экскурсии требует конкретных данных и, как правило, является результатом личного опыта, полученного на практике. Совместно педагоги, исходя из цели, выбирают место проведения и намечают маршрут экскурсии. В нашем городе такими географическими местами будут: Горная Шория, Кузнецкий Алатау, Салаирский кряж.

И хотя в каждом конкретном случае возможны свои варианты, *мы считаем, что следующее распределение ролей во время подготовки и проведения экскурсии будет наиболее целесообразным:*

Педагог дополнительного образования составляет списки необходимого группового и личного снаряжения, составляет смету мероприятия, расписывает продукты, аптечку, проводит для ребят и их учителя занятие, на котором рассказывает о необходимом личном снаряжении, о том, как собирать рюкзак, а также знакомит ребят с инструкциями по технике безопасности. С нашей точки зрения, было бы хорошо, если бы в свою очередь учитель рассказал детям о районе, в который состоится выезд, его географическом положении в масштабах области, России, достопримечательностях, и т.п. А также организовал родительское собрание, где сообщил цели и задачи, познакомил с планом мероприятия, сметой расходов и потенциальными опасностями. Выяснил, есть ли у кого-нибудь из ребят какие-либо хронические заболевания. В утвердительном случае сообщил родителям о необходимости сформировать для ребенка личную аптечку с учетом его болезни. В такой ситуации было бы хорошо, если бы школьный врач смог участвовать в экскурсии.

В ходе экскурсии учитель мог бы взять на себя просветительскую функцию, расширяя и детализируя знания ребят на местности. Педагог, обладающим богатым походным опытом также может сообщать дополнительные сведения о районе из своих впечатлений, сравнений с другими районами в которых он бывал. Но основными его задачами мы все же видим – организовать движение группы по запланированному маршруту, задать направление и темп, распределить деятельность на привале или бивуаке, если экскурсия предполагает ночевку в полевых условиях. Также педагог, если позволяют условия может провести для ребят учебно-тренировочное занятие (УТЗ). В зависимости от района экскурсии и времени года, возрастных возможностей и способностей ребят педагог заранее выберет и подготовит тему УТЗ.

Вечером учитель и педагог могут собрать ребят у костра и провести «Огонек», дав ребятам возможность высказать свои впечатления и

пожелания. А так же провести беседу о том, что важно для организма после хорошей прогулки на свежем воздухе. Ребята должны принимать активное участие в беседе, рассказывать о том какие они знают способы восстановления организма, педагоги могут провести для ребят сеанс релаксации, подготовив, таким образом, их ко сну.

*Преимущества* данных форм организации внеклассной работы: 1) в них может участвовать весь класс, поскольку не требуется специальная физическая подготовка; 2) они непродолжительны по времени, но насыщены и могут понемногу подготовить ребят к степенным и категорийным походам, обеспечивая необходимую физическую, психологическую и когнитивную готовность; 3) содержат в себе основные элементы туризма и связаны с преодолением трудностей (рюкзак, продолжительная ходьба по пересеченной местности, препятствия в виде ям, ухабов, болот, зарослей), а значит, способствуют формированию волевого компонента личности, необходимого в дальнейшей жизни; 4) создают условия для формирования доброжелательных отношений в классе, атмосферы взаимопомощи и сотрудничества; 5) пребывание на природе учит ребят быть активными в вопросах ее сохранения, воспитывает нравственные, эстетические и патриотические чувства; 6) налаженная система выездов способствует формированию потребности в движении и здоровом образе жизни (ЗОЖ), а также формированию сознательной активной позиции в вопросах собственного здоровья.

**Туристические путешествия, степенные и категорийные походы** – это прохождение группой определенного маршрута активным способом передвижения (пешком, на лыжах, на плавсредствах, на велосипедах) с целями познания, воспитания, оздоровления, физического и спортивного развития. [7]

Данная форма организации требует более тщательной подготовки и отбора, поскольку здесь речь идет уже не о простой поездке, а о спортивном

мероприятии, требующем определенной подготовленности от ребят. На этапе подготовки учителю и педагогу дополнительного образования необходимо скоординировать свою деятельность. Прежде, чем решиться на степенной, а тем более категорийный поход с незнакомым классом детей, необходимо провести учебные выезды – походы выходного дня, чтобы, во-первых, подготовить ребят к возможным испытаниям и, во-вторых, оценить возможности ребят (их физическую, и психологическую готовность), выявить пробелы в знаниях, определить отношения в коллективе. Основываясь на этих знаниях, педагог выберет район и спланирует нитку маршрута, совместно с учителем определит состав группы и подготовит маршрутно-квалификационные документы. Алгоритм взаимодействия и порядок работы с родителями и детьми здесь такой же, как и при подготовке к экскурсии.

Во время похода педагогам важно правильно организовать режим дня, особенно важными являются первые дни, когда организм адаптируется к нагрузкам, а так же наладить дежурство и деятельность на бивуаке. На дневке важно правильно организовать отдых – провести подвижные или коммуникативные игры, небольшие соревнования, эстафету, а также коммуникативный тренинг.

Организуя длительное туристическое путешествие или категорийный поход мы будем не только закреплять те эффекты, которых добились при проведении экскурсии или похода выходного дня, но и формировать новые, поскольку в силу своей специфики *данные формы организации также имеют ряд преимуществ*: 1) активные движения на свежем воздухе способствуют закаливанию организма, повышают иммунитет; 2) за счет ежедневной нагрузки закрепляется потребность в движении, ЗОЖ; 3) в походе постоянно возникают ситуации, когда необходимо принять самостоятельное решение, пусть даже в основном двигательное, так формируется способность оперативно действовать в нестандартных

ситуациях; 4) способствуют формированию прочных дружеских отношений и союзов; 5) знакомство с новыми районами, природой, встречи с людьми обогащают человека, ребята приобретают новые компетенции, как в организации туристского быта, так и в вопросах сохранения собственного здоровья. Походная жизнь развивает наблюдательность, сообразительность, смелость, решительность, самостоятельность.

**Спортивные лагеря на природе** – контролируемая программа для детей и подростков, проводимая (обычно) в течение летних месяцев, основное направление деятельности – физическое развитие и формирование культуры ЗОЖ. Природная окружающая среда лагеря может позволить детям развить в себе экологическую культуру.

Деятельность спортивного лагеря ведется по специально разработанной программе. В данном случае педагог дополнительного образования, учитывая потребности класса, при содействии учителя составляет программу детского спортивного лагеря. На наш взгляд, наиболее целесообразно в качестве фундамента программы лагеря заложить тот вид спорта, который педагог дополнительного образования осуществляет в своей профессиональной деятельности, будь то туризм, борьба или как в нашем случае скалолазание, на примере которого мы и рассмотрим.

Разработав, утвердив программу спортивного лагеря по скалолазанию, проведя всю подготовительную работу педагоги организуют выезд класса на природу с палатками, например, в Горную Шорию, пос. Шерегеш – «Верблюды». В рамках программы проводятся УТЗ на скалах, небольшие экскурсии по району, коммуникативные тренинги, познавательные беседы. Соблюдается режим дня, в который обязательно входят утренняя зарядка и прогулки. По окончании лагеря могут быть проведены небольшие командные и личные соревнования. В результате успешного прохождения программы спортивного лагеря за счет ежедневной двигательной активности на свежем воздухе и системы УТЗ, ребята не только оздоравливают свой

организм, но и приобретают новые знания, которые учатся применять в разных ситуациях и смогут использовать в дальнейшей жизни. Заинтересовавшиеся скалолазанием будут иметь возможность продолжить заниматься у педагога в объединении по скалолазанию.

**Спортивные мероприятия** – эстафеты, соревнования. Здесь возможны разные варианты от традиционных марш-бросков и перетягиваний каната до лазания по стенам. Но поскольку мы как педагоги реализуем программу по скалолазанию, то подробнее расскажем о возможностях этого спорта. Для ребят из школы педагог дополнительного образования совместно со школьным учителем, как в рамках лагеря, так и самостоятельно может подготовить небольшие соревнования по скалолазанию, в которых могут принять участие как подготовленные (прошедшие летний спортивный лагерь), так и неподготовленные ребята, просто в этом случае их можно разделить на две группы внутри которых и будут подводиться итоги. Соревнования могут осуществляться в двух дисциплинах – скорость (при прохождении трассы важным критерием является – время, а сама трасса не представляет сложности) и трудность (преодоление сложной в физическом и техническом плане трассы, критерий – пройти трассу или улезть как можно дальше). В качестве судей педагог может привлечь своих воспитанников. Такие соревнования можно проводить как в зале на скалодроме, так и на скалах. До соревнований ребят необходимо ознакомить с правилами поведения на скалах и скалодроме, ознакомить с техникой безопасности при занятиях скалолазанием, рассказать о том, как будут проходить соревнования. Сбор и сопровождение ребят к месту соревнований будет обеспечивать школьный учитель, также ему будет необходимо проследить, чтобы все ребята перед своим выступлением сделали разминку, поскольку педагог со своими помощниками в это время будет готовить трассы. Данное мероприятие не только повысит интерес ребят к данному виду спорта, но и

позволит им познать себя в новом деле, интересно и подвижно провести день, проявив свой боевой дух.

Таким образом, взаимодействие педагогов общего и дополнительного образования посредством совместной организации таких форм внеучебной деятельности, как пешеходные экскурсии по родному краю, походы выходного дня, туристические путешествия, степенные и категорийные походы, спортивные лагеря на природе, спортивные мероприятия обеспечат наиболее успешное решение проблемы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни с учетом современных требований федерального образовательного стандарта второго поколения (ориентация на результат в рамках деятельностного подхода, формирование компетенций у обучающихся, личного результата, использование таких видов внеучебной деятельности как туристско-краеведческая и физкультурно-спортивная), поскольку не только в теории, но и на практике укрепит здоровье школьников, позволит сформировать потребность в здоровом образе жизни, даст практические умения и навыки оздоровления организма и будет способствовать становлению активной позиции личности ребенка в данных вопросах.

### **Литература**

- 1) Федеральные государственные образовательные стандарты [Текст] /Министерство образования и науки Российской Федерации. – М.: Просвещение, 2011. – 48 с.
- 2) Алфимов, Н.Н., Белоусов, В.В., Стрелец, В.Г. Туризм и здоровье. - Л.: Знание, 1982. - 32 с.
- 3) Всероссийский съезд «Здоровое поколение – здоровая Россия». [Электронный ресурс] /URL: <http://www.zpzr.ru> (Дата обращения: 28.02.2019)
- 4) Добров, В.Г.. Пешеходные экскурсии. [Электронный ресурс] / URL: [www.skitalets.ru/books/2010/foot\\_dobrov](http://www.skitalets.ru/books/2010/foot_dobrov) (Дата обращения: 28.02.2019)

- 5) Жуков, О.Ф. Направления профессиональной подготовки учителя к здоровьесберегающей деятельности [Текст] / О.Ф., Жуков // Сибирский педагогический журнал, 2009. - № 6. – С.296-306
- 6) Манджиева, Г.П. «Формирование здорового образа жизни посредством занятиями туризмом». [Электронный ресурс] /URL: <https://infourok.ru/formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-posredstvom-zanyatiyami-turizma-1249819.html> (Дата обращения: 28.02.2019)
- 7) Уверская, В.Ю. Туризм как средство физического воспитания школьников. [Электронный ресурс] /URL: <https://nsportal.ru/shkola/vneklassnaya-rabota/library/2013/10/21/turizm-kak-sredstvo-fizicheskogo-vozpitaniya> / (Дата обращения: 28.02.2019)