Здоровье наших детей-это ценность и богатство!

Человеку генетически гарантированы 120 лет жизни! Отчего же наш век значительно короче? Ответ прост. Чтобы жить долго, нужно не болеть. Для сохранения здоровья существует множество способов. К организму человека должна быть приложена своеобразная инструкция по эксплуатации, как и к любому прибору. Такой инструкцией может являться свод правил здорового образа жизни(труд, движение, питание, чистота ,закаливание, свобода от стрессов и вредных привычек.

Так как дети обучаются в образовательном учреждении около 11 лет, то именно школа должна формировать сознание на мотивацию здоровья и здорового образа жизни через процесс обучения и воспитания.

Здоровье детей-это общая проблема медиков, педагогов и родителей. И решение этой проблемы зависит от внедрения в школу здоровьесберегающих технологии. Под здоровьесберегающими технологиями в широком смысле слова следует понимать все те технологии, использование которых в образовательном процессе идет на пользу здоровья учащихся.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения-обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформулировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъвляют все новые более высокие требования к человеку и его здоровью. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические показатели:

1)Физиологически зрелыми рождаются не более 14% детей

2)25-35% детей пришедших в 1 класс школы, имеют физические недостатки.

3)90-92% выпускников средних школ находятся в «среднем состоянии» ,то есть еще не знают, что больны

4)Только 8-10% выпускников школ можно считать действительно здоровыми

5)5% взрослого населения страны хронически больны, а 95%-находятся в третьем состоянии.

Здоровый образ жизни не занимает пока 1-е место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Так как у нас профессия учитель начальных классов, то если мы будем учить детей с самого раннего возраста ценить ,беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.