**Работа по сохранению здоровья**

**цели и задачи данного направления:**

1. сформировать представление о позитивных и негатив­ных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
2. дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболе­вания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
3. сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
4. научить выполнять правила личной гигиены и развить го­товность на основе их использования самостоятельно поддер­живать своё здоровье;
5. сформировать представление о правильном (здоровом) пи­тании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
6. сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, на­учить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
7. обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
8. сформировать навыки позитивного коммуникативного об­щения;
9. научить учащихся  делать осознанный выбор поступ­ков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здо­ровье;
10. сформировать потребность ребёнка безбоязненно обра­щаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

      Очевидно, что  решение данных задач направлено   на  формирова­ние у подростков:

* знаний,
* установок,
* личностных ориентиров   и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.

      Другими словами – направлено на достижение предметных, метапредметных и личностных результатов образования.

      Вместе с тем, обязательной  является  и определенная в Примерной  образовательной программе структура системной работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования.

**НАПРАПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЕЗБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

  Система работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни  включает в себя   пять взаимо­связанных блоков: (направлений)

* создание здоровьесберегающей инфра­структуры,
* рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся,
* эффективная организация физ­культурно-оздоровительной работы,
* реализация образователь­ной программы и просветительской работы с родителями.

**Каждое направление- это определенный перечень видов деятельности по выполнению поставленных задач.**

Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения включает:

* соответствие состояния и содержания здания и помеще­ний образовательного учреждения санитарным и гигиеничес­ким нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
* наличие и необходимое оснащение помещений для пи­тания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;
* организацию качественного горячего питания учащих­ся, в том числе горячих завтраков;
* оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спорт­площадок необходимым игровым и спортивным оборудовани­ем и инвентарём;
* наличие помещений для медицинского персонала;
* наличие необходимого (в расчёте на количество обуча­ющихся) и квалифицированного состава специалистов, обес­печивающих оздоровительную работу с обучающимися (лого­педы, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники).

Проведённые мероприятия:

* 1. Участие в Днях Здоровья (1 место, 2 место)- в течение года
  2. Посещение ФОКа «Арена» классом (Январь)
  3. Организация игры в пейнтбол (23 февраля)
  4. Классные часы, направленные на формирование здорового образа жизни

( см. план)

* 1. Участие в флеш мобе, посвященному дню борьбы с наркотиками (июнь)
  2. Организация похода (июнь)