**«Кабинет здоровья»**

 **Пояснительная записка**

Очень важно сегодня не только подготовить ребенка к самостоятельной жизни, воспитать его нравственно и физически, но и научить его быть здоровым, способствовать формированию у него осознанной потребности в здоровье, как залога будущего благополучия и успешности в жизни.

Формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности. Здоровый образ жизни учащихся обеспечивает полноценное развитие и реализацию возможностей каждого, способствует их социализации и является необходимым условием воспитания всесторонне развитой личности.

Модернизация системы образования требует внедрения кардинально нового подхода в обучении, который должен органично войти в повседневную деятельность школы и лежать в основе всего образовательного процесса. Программа “Кабинет здоровья” является комплексной, в ней особое внимание уделено медико-биологическим, психологическим, экологическим и социальным аспектам физического и нравственного здоровья детей.

Новизна программы в том, что организация образовательной деятельности учащихся строится на основе валеологически структурированных занятий. Такой подход позволяет поддерживать физическую и умственную работоспособность обучающихся на оптимальном уровне в течение всей рабочей недели, не вызывая утомления, что, в свою очередь, дает положительный оздоровительный эффект, создает условия для формирования мотивации здоровья.

Программа направлена на формирование навыков сохранения здоровья через полученные знания об особенностях своего организма, о закономерностях его функционирования и принципах здорового образа жизни. Она разработана с целью оптимального использования здоровьесберегающих технологий в процессе образования учащихся и ориентирована на охрану и укрепление их здоровья, получение полноценного образования.

Путем реализации программы раскрываются возможности образовательного учреждения в осуществлении здоровьесберегающей деятельности, в пропаганде здорового образа жизни, в формировании культуры здоровья воспитанников.

 Среди факторов, влияющих на ухудшение здоровья можно отнести: образ жизни, курение несбалансированное питание, употребление алкоголя, гиподинамия, потребление наркотиков, плохие материально – бытовые условия, непрочность семьи.

**Цель:**

Создание реальных социально-гигиенических и социально-психологических условий в школе, способствующих сохранению духовно-нравственного, психического и физического здоровья детей, а также формирования у учащихся отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных

 **Задачи:**

* проведение мониторинга за состоянием здоровья учащихся;
* профилактическая работа по сохранению репродуктивного здоровья воспитанников;
* работа по организации и проведению мероприятий по профилактике употребления психоактивных веществ;
* осуществление адресной социально-педагогической, психологической и медицинской помощи воспитанникам;
* организация активных форм досуга;
* снижение заболеваемости и повышение успеваемости обучающихся
* организовать систему просвещения родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.

Утверждение здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения рассматриваются в качестве одного из приоритетных направлений деятельности нашего ОУ

**2. Основные направления деятельности**

**“Кабинет здоровья” предусматривает следующие направления:**

1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья воспитанников, обучающихся в данном учебном заведении.

Основные задачи направления:

* организация здоровьесберегающей деятельности, совершенствование системы физического воспитания с учетом индивидуального подхода к учащимся;
* разработка комплекса мероприятий по воспитанию культуры здоровья детей и подростков;
* формирование у воспитанников мотивации на сохранение и укрепление здоровья, потребности быть здоровым;
* построение образовательного процесса с учетом психофизиологических особенностей учащихся;
* устранение негативных факторов образовательного процесса, отрицательно влияющих на здоровье.

2. Организация системы взаимодействия педагогического коллектива школы и родителей по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Основные задачи направления:

* организация просветительской работы среди родителей;
* формирование мотивации у родителей на ведение здорового образа жизни в семье;
* привлечение родителей к осуществлению совместной оздоровительной работы в школе и профилактической работы с детьми.

3. Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья.

Основные задачи направления:

* проведение мониторинга за состоянием здоровья учащихся;
* профилактическая работа по сохранению репродуктивного здоровья воспитанников;
* работа по организации и проведению мероприятий по профилактике употребления психоактивных веществ;
* осуществление адресной социально-педагогической, психологической и медицинской помощи воспитанникам;
* организация активных форм досуга;
* снижение заболеваемости и повышение успеваемости обучающихся.

4. Формирование системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

Основные задачи направления:

* формирование мотивации на сохранение и укрепление здоровья у участников образовательного процесса;
* внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих педагогических технологий;
* осуществление психолого-педагогического и медико-физиологического контроля показателей физического и психического здоровья воспитанников.