**Просветительско-воспитательная работа с обучающимися, и их родителями по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.**

Молодежь счастлива тем,

что у нее есть будущее

Н.В. Гоголь.

В современном обществе, которое уверено, что научно-технический прогресс полностью разрешит проблемы цивилизации, произошло разрушение нравственных ориентиров молодежи , складывающихся веками, что постепенно приводит к уничтожению духовной сферы человека, к кризису личности. Следствием этого стало состояние неудовлетворенности жизнью среди подрастающего поколения в погоне за обогащением, красивой жизнью, легкой наживой, которые нам постоянно навязывают с экранов телевизоров, сети интернет. Молодежь оказывается зомбированной на дорогих автомашинах, красивой одежде, огромных денежных состояниях. Но когда ребенок оказывается один на один с трудной жизненной ситуацией, все его мечты рушатся в один миг, и он не готов справиться самостоятельно с возникшей проблемой. И молодежь обращается к алкоголю, наркотикам и другим видам асоциального поведения. И в большинстве случаев проблемой являются не наркотики, а факторы социального характера: нарушение семейных и родственных связей, традиций, здоровых отношений в среде сверстников и в обществе в целом. Вот почему перед школой встала первостепенная задача усилить воспитание в области здоровья не только физического, но и психического, духовного.

На мой взгляд, процесс воспитания детей в области здоровья не может быть кратковременным курсом или одноразовым мероприятием. Это длительный, последовательный, систематический процесс, осуществляемый всем педагогическим коллективом. И начинать его надо как можно раньше, уже на уровне начального звена. Несколько лет в школах преподается курс «Основы здорового образа жизни», который на каждом этапе обучения ребенка помогает осознать важность и ценность своего здоровья и здорового образа жизни. Подрастающему поколению приходится жить в условиях разрушенной природы, загрязненного воздуха, отравленной воды и почвы и нужно уметь организовывать свою жизнь так, чтобы свести к минимуму их вредное влияние на организм.

На этапе начальной школы дети получают навыки в области своего здоровья. Личная гигиена рассматривается как необходимое условие существование человека, не соблюдение гигиенических норм и правил – это путь распространения инфекционных заболеваний. На этом же этапе дети получают информацию о разрушительном влиянии на организм человека алкоголя, никотина, наркотиков. Так же необходимым условием формирования навыков ЗОЖ является изучение влияния окружающей среды на организм человека. Учитель обращает внимание на негативное отношение человека к природе: загрязненные улицы, уничтоженные деревья, разрушенные газоны и т.д. И рассматривается необходимость спасать природу, для этого проводятся классные часы, уроки-нравственности, экскурсии, в школе и классах размещаются лозунги: «Погибнет природа – погибнет человек», «Спасая природу – спасаешь своё здоровье», «Твоё здоровье зависит от здоровья природы» и т.д.

Так из класса в класс расширяется объем учебного материала, направленного на воспитание в области здоровья и формирования у детей привычек здорового образа жизни.

В старших классах углубляются познания учащихся в области строения и функционирования организма. Первостепенная задача учителя на этом этапе, создать и развить здоровьесберегающее пространство вокруг детей. При изучении анатомии в 8 классе, когда закладываются основы строения и функционирования организма человека, учитель обязан на каждом уроке развивать навыки по сохранению своего здоровья на протяжении всей жизни. Акцент в этом направлении следует делать на собственные усилия детей.

«… чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные. Заменить их нельзя ничем» (Н.М.Амосов).

В нашей стране для юношей примером подражания всегда были морские

офицеры, которых отличала великолепная осанка и выправка, для девушек эталоном красоты обычно были балерины с их легкостью и изяществом. И если ребенок тратит время и усилия на выработку красивой осанки, то это восполнится для него красотой тела и здоровьем на долгие годы.

«Красота телесных форм всегда совпадает с понятием о здоровой силе, о деятельной жизненной энергии» (Л.Н.Толстой).

Наряду с физическим здоровьем, здоровье психическое играет не менее важную роль в жизни ребенка. На современном этапе развития общества на школу возложена одна из важнейших обязанностей – это воспитание социально ориентированной личности, полностью готовой к самостоятельной жизни. Выйдя из стен школы, молодые люди должны чувствовать себя уверенными, благополучными, способными реализовать свой собственный потенциал в том или ином направлении, легко справляться со стрессовыми ситуациями, продуктивно работать и создавать крепкие семьи.

Но работа школы в направлении здоровой гармонически развитой личности возможна только при условии оказания активной помощи со стороны родителей. Закон “Об образовании” (ст.18) возлагает всю ответственность за воспитание детей на семью, а все остальные социальные институты (в том числе школьные учреждения) призваны содействовать и дополнять семейную воспитательную деятельность. Тесная связь школы с семьей – это великая сила, помогающая понять личность ребенка, мир его увлечений, склонности к тем или иным поступкам, возможно негативным, чтобы вовремя их предотвратить. Все родители хотят видеть своих детей здоровыми и счастливыми, но правильно ответить на простой вопрос: «Как это сделать?», порой, не могут. Здесь на помощь приходит школа. В школе традиционно выстроена система, помогающая родителям правильно организовать образ жизни своего ребенка. Эта система направлена на положительную динамику физического состояния детей, снижение хронических заболеваний, уровня тревожности и агрессии, что мы очень часто наблюдаем в связи с компьютеризацией нашей жизни, формирование у ребенка умений выстраивать отношения со сверстниками, родителями, людьми и т.д. Но только эта система будет работать на благо детей в том случае, если семья будет выполнять главную сред образующую функцию. Самая большая хитрость семьи – это умение так организовать жизнь своего ребенка, чтобы он сам проявлял инициативу, брал ответственность на себя, находил ответ на волнующий его вопрос. Вспомните ответственного некрасовского "мужичка с ноготка", на шестом году серьёзно заявлявшего: "Семья-то большая. Да два человека всего мужиков-то: отец мой да я". Создание благоприятного морального климата в семье, доброжелательности, готовности простить, понять, стремление прийти на помощь, вот та основа, которая является фундаментом для построения физически крепкого, психически здорового, эмоционально устойчивого организма.

«Человек – высший продукт природы. Но для того, чтобы наслаждаться сокровищами природы, человек должен быть здоровым, сильным и умным»

(И.П. Павлов).

Только при таком гармоничном взаимодействии семьи и школы, где абсолютной ценностью является ребенок и его здоровье, возможно повышение качества и уровня жизни, общей культуры поведения населения нашей страны, а это залог политической стабильности и экономического прогресса государства.