

Здоровым быть модно. И с этим трудно не согласиться. Мода – это, то, что актуально в данный момент времени, сейчас. Сегодня модно быть успешным, а легче и быстрее достигает успеха человек здоровый и гармоничный. Нам еще в детском возрасте довольно много говорили о пользе закаливания и о том, как прекрасно быть здоровым человеком и дружить со спортом. Даже кинофильмы демонстрировали «морозостойкость» советского человека, артисты Леонов, Крамаров и Вицин на всю страну оголяли торс и растирались снегом. Ни для кого не секрет, какое значение сегодня придается развитию спорта и физической культуры в нашей стране. Президент России неоднократно называл это приоритетной задачей. Минобрнауки рассматривает возможность разработки паспорта школьника, в который будут внесены показатели комплекса ГТО. Баллы за ГТО планируется учитывать при поступлении в вузы, суммируя их с оценками ЕГЭ.

Известно, что простая пропаганда здорового образа жизни дает гораздо меньше результатов, чем создание альтернативных стимулов для его поддержания. Чтобы у детей проявлялся интерес к занятиям физической культурой и спортом необходимо их заинтересовать. Для этой цели больше всего подходит собственный пример. Также необходимо проводить работу совместно с родителями, так как успехов в укреплении здоровья детей можно добиться только при единстве системы физического воспитания в школе и семье.

Нужно, чтобы каждый осознал: неприлично иметь какие-то заболевания, которые зависят лично от тебя. Я понимаю, есть болезни, на которые человек не может воздействовать, которые совершенно независимы от его воли. А есть такие, которых можно избежать, если человек ведет здоровый образ жизни. В большинстве случаев нездоровые увлечения – лишь следствие невозможности наполнить свою жизнь чем-то полноценным, здоровым. По этому так важно решительно взяться за причину. Надо убедить ребенка, что быть здоровым престижно. Что модно заниматься спортом. Но убедить – еще не значит полностью решить проблему. Необходимо создать «базу» здорового образа жизни. Именно такая концепция положена в основу моего проекта.

Процесс обучения детей должен быть всеобъемлющим. Если мы хотим направить выбор детей к принятию здорового образа жизни, мы должны признать право на полезные идеи и взгляды на самого себя, право не только иметь здоровье, но и нести ответственность за него. Необходимо искать такие подходы, которые бы помогли нам понять, как дети воспринимают окружающий мир.

Осуществить это можно, если мы научимся взаимодействовать с ними как с партнерами, признаем их право и способность формулировать цели и реализовывать их. Через неформальное общение и совместную деятельность с детьми мы можем понять, что они знают о здоровье, что их интересует, беспокоит больше всего.

Мы должны сделать так, чтобы дети пришли к осознанию того, что уверенность в своих силах, в завтрашнем дне ведет к успеху; что ум в спорте не менее важен, чем физическая сила, которую дает не только спорт высших достижений, но и обычная физическая культура. Стоит помнить, что здоровым быть модно всегда!

Здоровый образ жизни для нынешнего молодого поколения – это жизненная норма, и мы должны соответствовать ей. Сегодня быть здоровым – престижно, актуально, жизненно необходимо, наконец, быть здоровым – это модно, и хочется верить, что потребность в этой моде не искоренит себя и не изживет спустя много-много лет!

*«Быть здоровым модно» - так нехорошо,*

*«Быть здоровым – норма!» -*

*вот как быть должно!»*