**Формирование здорового образа жизни младшего школьника .**

Катастрофическое положение со здоровьем младших школьников, их перегрузки и стрессы требуют решительных воспитательных мер от педагогов и классных руководителей.

Необходимо санитарно-гигиеническое просвещение и учащихся, и родителей, воспитание мотивации у детей к здоровому образу жизни.

Совместными усилиями нужно создавать условия, при которых учащиеся испытывали бы как можно меньше учебных и психологических стрессов, конфликтов с одноклассниками, учителями и родителями.

Учащиеся должны активно двигаться, соревноваться, играть, бывать на свежем воздухе. Избегать перегрузок , постоянный режим дня, полноценный сон.

Направления деятельности школы по сохранению и развитию здоровья учащихся могут быть следующими:

1. Анализ состояния здоровья учащихся. Оформление аналитических и статистических отчетов о состоянии здоровья учащихся в школе.
2. Организация оздоровительных режимных моментов в первой половине дня.
3. Мониторинг физического здоровья учащихся по итогам медосмотра.
4. Анализ состояния физического и психического здоровья поступивших вновь учащихся.
5. Проведение общешкольных родительских собраний по актуализации ценности здоровья.
6. Развитие материально-технической базы с целью создания условий для сохранения здоровья учащихся.

При реализации данных мер стремиться к результатам:

* Создание благоприятной образовательной среды.
* Сформированности устойчивых навыков здорового образа жизни.