В современном обществе идеи здорового образа жизни ставятся во главу угла. К сожалению, статистика не обнадеживает-все больше и больше детей попадает в число хронически больных-это связано и с ухудшением экологических условий, и с неправильным питанием ,и с недостаточно подвижным образом жизни. Конечно, медики и общественность бьют тревогу, пытаясь повлиять на данную ситуацию, но пока она к лучшему не меняется.

Именно поэтому на педагогическое сообщество возлагаются большие надежды-в руках педагогов-здоровье будущего поколения. В соответствии с требованиями ФГОС на современном этапе применение здоровье- сберегающих технологий-непременное условие обучения ребенка в школе.

Что подразумевается под здоровьесберегающими технологиями? Самое главное-укрепление здоровья учащихся и привитие навыков здорового образа жизни. Что касается организации учебного процесса , непременными условиями должны быть отсутствие стрессовых ситуаций, адекватность тре- бований учителя, адекватность между обучением и воспитанием.

Педагогам необходимо рационально организовать учебный процесс в соответствии с требованиями САНПИН и учитывая индивидуальные, возрастные и половые особенности обучающихся. Кроме того, особое внимание необходимо уделять отдыху учащихся, смене деятельности на уроке, регулярным физминуткам-где особое место должны занимать упражнения на формирование правильной осанки и сохранение хорошего зрения.

 Особое место в применении здоровьесберегающих технологий занимает умение педагога правильно рассчитывать оптимальную плотность урока, рационально использовать время и оздоровительные моменты на уроке. Таким образом, современному педагогу в соответствии с требованиями ФГОС необходимо использовать здоровьесберегающие технологии при организации учебно-воспитательного процесса в общеобразовательном учреждении. Основными идеями таких технологий являются привитие навыков здорового образа жизни обучающимся и сохранение и укрепление их здоровья.