" Забота о здоровье ребёнка - это не просто комплекс санитарно - гигиенических норм и правил, и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это прежде всего, забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества." В. А. Сухомлинский

 Охрана детского здоровья является неотъемлемым направлением деятельности любой школы во все времена.

Однако результативность этой деятельности во многом зависит от целей образовательного процесса, доступных способов и средств их достижения.

Впервые стандарт общего образования предусматривает включение в содержание здорового образа жизни ребёнка умений регуляции своей ведущей деятельности - учения, общения, познания, социальной практики - и формирует требования к формированию у учащихся средств её осознанной саморегуляции.