**В школу за здоровьем!**

Ориентация учащихся на бережное отношение к своему здоровью основывается на многоэтапной, постоянной, целенаправленной воспитательной работе, которой уделяется в школе особое внимание. В начале каждого учебного года составляется план общешкольных воспитательных мероприятий, который включает в себя как традиционные мероприятия, так и новые, современные формы.

**Праздник Здоровья и Спорта**

Одним из любимых всей школьной семьёй является День здоровья и спорта, который традиционно проводится в первую субботу сентября. На этом празднике ученики начальной школы и 5-х классов соревнуются в «Веселых стартах», а учащиеся 6-10 классов пробуют свои силы в легкой атлетике, баскетболе, футболе,волейболе, силовой гимнастике и других специальных спортивных конкурсах. Ученики 11-х классов работают в качестве судей. Открывает праздник торжественная линейка чествования лучших спортсменов школы, на которой награждаются кубками и дипломами лучшие спортсмены школы по итогам прошедшего года ,а также подготавливается агитбригада и творческие номера, пропагандирующие занятия спортом. Для учащихся, освобожденных от активных занятий спортом, проводится творческая игра по станциям «Тропа здоровья» или викторина «И это всё о спорте!». Отвечая на каверзные вопросы викторины и выполняя задания на станциях «Тропы», ребята доказывают, что знают историю развития олимпийского движения, ориентируются в видах спорта и узнают в лицо ведущих мировых спортсменов. Закрывает праздник уже ставший для всех любимым спортивный флэшмоб.

 День здоровья и спорта, последние 2 года проходит на новом пришкольном стадионе, который был построен благодаря программе «Газпром - детям!», кроме нового стадиона в школе есть спортивный зал 12х24, тренажерный зал, на территории школы оборудована армейская полоса препятствий, гимнастический городок, в зимнее время прокладывается лыжная трасса под коньковый и классические хода.

**Вперед, к ЗОЖ !**

Пропаганде здорового образа жизни, занятий физической культурой и спортом посвящены многие классные мероприятия. Это и беседы с просмотром видеофильмов о здоровом образе жизни и пользе двигательной активности, спортивные праздники и соревнования «Веселые старты» и «Мама, папа, я – спортивная семья». Сентябрь – время туристических походов, выходов на природу, прогулок по осеннему лесу, которые любят и ждут с нетерпением не только наши ученики, но и их родители. На свежем воздухе ребята вместе с взрослыми постигают азы туристического мастерства, играют в подвижные игры, учатся первоначальным навыкам безопасного поведения на природе, основам выживания в лесу, а главное, закаляются, оздоравливаются и весело, с пользой проводят свой досуг.

 В течение года ведут свою работу школьные спортивные секции и объединения внеурочной деятельности по физкультурно-оздоровительному направлению:

 «Здоровейка» и «Здоровячок» - начальная школа,

«Я – домашняя медицинская сестра» - 5-6 классы,

 «Сильный, ловкий, смелый» - 6 классы,

 ОФП «Будущий олимпиец» - 5, 7 классы,

«Баскетбол» - 5-9 классы,

 «Волейбол» - 8-9 классы,

ВПК «Разведчик» -7-11 классы,

«Универсальный атлет» - 10-11 классы

 «Здоровье человека и окружающая среда» - 9 классы).

 Двери школьного спортивного зала открыты до позднего вечера, оба спортивных залов (большой и тренажерный) заполнены детьми, которые учатся играть в различные спортивные игры, готовятся к соревнованиям, развивают выносливость, силу и мышцы в тренажерном зале, стреляют, бегают, бегают на лыжах. Воспитанники военно-патриотического клуба «Разведчик» проходят курсы первичной подготовки к прыжкам с парашютом, постигают науку военного дела, отрабатывают навыки рукопашного боя. В нашей школе спортсменом быть модно, данный факт подтверждают успехи наших учеников и статистические данные: в спортивных секциях и объединениях внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности на базе нашей школы занимаются 260 учащихся, 273 человека посещают ДЮСШ самостоятельно.

На базе школы работает секция полиатлона.

В которой подготовлено 4 мастера спорта, 30 кандидатов в мастера спорта и более 100 перворазрядников, команда полиатлонистов 2 раза выигрывала первенство Мира, четыре человека становились победителями первенства Мира в личном зачете. Две девочки становились лучшими спортсменками Ярославской области по неолимпийским видам спорта, а также получали Губернаторскую стипендию.

Ежегодно наши ученики становятся призерами региональной олимпиады по физической культуре, а в прошлом году выиграли областной конкурс «Призывники России».

**Неделя Здоровья и спорта**

3 четверть каждого учебного года начинается с Недели Здоровья. Идея её проведения возникла на объединенном Совете педагогов и актива спортивного клуба «Лидер». Дети совместно с педагогами решили дать старт еще одной школьной традиции и прожить совместно целую неделю под девизом «Школа – территория здоровья!». К планированию недели подключился каждый класс школьной семьи, поэтому она получилась насыщенной и интересной для каждого из учеников. Открыл неделю единый классный час на тему «Здоров будешь – все добудешь!», к организации которого все педагоги и ребята подошли творчески, превратив его в настоящие события: игры и викторины, творческие задания, проблемные вопросы помогли ребятам задуматься о том, что же вообще такое здоровье и что необходимо делать, чтобы его сохранить. На переменах в первый день тоже не забывали о здоровье. Две интересные акции, которые проводили старшеклассники, сделали активными участниками всех учеников с 1 по 11 классы. Акция «Айболит» собрала в рекреации на втором этаже и учеников, и педагогов. Одиннадцатиклассники в белых халатах, как и подобает докторам, измеряли всем желающим вес, рост, давление.

 В другой рекреации в это же время проходила тест-акция «Лучший знаток ЗОЖ», участникам которой предлагалось ответить на каверзные вопросы.

В первый день был дан старт и творческим конкурсам: конкурс семейных фотографий «Здоровым быть модно!», конкурс мини-плакатов «Реклама здорового образа жизни», конкурс рецептов здоровых блюд. Закончился первый день проведением товарищеского матча по пионерболу среди пятиклассников.

Второй день недели проводился под лозунгом «В здоровом теле – здоровый дух», и начала его общешкольная зарядка. Спортивный флешмоб смог объединить и малышей, и старшеклассников, зарядил детей энергией на целый день и позволил начать его с хорошего настроения. Но другого настроения во вторник быть и не могло: смех, музыка, танцы, подвижные игры разных народов мира – все это вошло в программу «Играем вместе!», которую проводили на переменах волонтеры из Совета старшеклассников для своих подшефных малышей. Второклассники смогли проявить свои лучшие спортивные качества в «Веселых стартах», шестиклассники - в товарищеском матче по пионерболу. Для желающих проверить свои интеллектуальные способности были предложены викторина «Азбука здоровья», кроссворд «Здоровый образ жизни».

В этот же день начали свою работу волонтеры из школьного «Университета здоровья» и объединения внеурочной деятельности

 «Я-домашняя медицинская сестра». Ребята подготовили и провели для учащихся начального и среднего звена увлекательные и полезные лектории на различные темы:

«Здоровье – всему голова»,

«Компьютер и ТВ: вред или польза»,

«Вредные привычки»

 «Осторожно: травматизм»,

 «Как жить сегодня, чтобы увидеть завтрашний день».

 Закончился второй день психологическим исследованием: «Самооценка психических состояний», провел который школьный педагог-психолог.

«Ох, здоровая еда в жизни нам нужна всегда!» - девиз третьего дня настроил всю школу на решение проблем здорового и правильного питания. А правильно ли вы питаетесь? На этот вопрос можно было найти ответ, приняв в участие в социологическом опросе «Питание дома и в школе», который проводили десятиклассники. В этот день Совет старшеклассников провел акцию «Чистый патруль», в ходе которой проверял чистоту рук у учеников, приходящих в столовую, наличие школьной формы и качество уборки в классных кабинетах.

На уроках биологии в этот день ребята делали маленькие, но важные открытия: искали ответы на проблемные вопросы, проводили исследования, готовили доклады. Восьмиклассники в ходе лабораторной работы выявили методы определения плоскостопия и сами смогли себе поставить диагнозы.

 Пятиклассники размышляли над тем, могут ли ядовитые грибы быть лекарственными и какие меры профилактики инфекционных заболеваний должен знать каждый из нас. Для старшеклассников уроки биологии проходили в виде мини-турнира «Хитрые вопросы о здоровье человека».

Посетили школу в этот день и уважаемые гости – врачи ЦРБ. Ребята от профессионалов своего дела смогли узнать о том, как правильно ухаживать за полостью рта (зубной врач ), что включает в себя гигиена девочек (врач–гинеколог), как сберечь зрение (врач-офтальмолог ), какую помощь нужно оказывать при травмах (врач-травматолог), что включает в себя здоровый образ жизни (заведующий отделением скорой помощи ).

Закончилась неделя уже традиционными соревнованиями – на этот раз по мини-футболу, которые были проведены среди восьмиклассников.

 Четвертый день недели открыла классная акция «Я хочу быть здоровым потому, что …». Ребята писали продолжение этой фразы на ладошках и оформляли их на ватмане. У каждого класса получилась своеобразная газета-совет, для чего нужно беречь свое здоровье. В основном этот день был посвящен профилактике употребления наркотических веществ и отказу от вредных привычек. С этой целью старшеклассники изготовили плакаты «Если хочешь быть здоровым - откажись!», а после уроков приняли участие в интересной интеллектуально-творческой игре, которую провела специалист «Молодежного центра» .

Закончился день соревнованиями «Веселые старты» для учеников 3-х классов.

Заключительный день Недели Здоровья проходил под девизом «Двигайся больше – проживешь дольше!». А его главное мероприятие – соревнования по лыжным гонкам «Олимпийский спринт» - собрало во дворе школы всех учеников 4,5,6 классов. Открылись соревнования парадом лыжников, возглавляли который лучшие спортсмены школы, неся олимпийский факел, который школе подарила наша ученица принимавшая участие в эстафете Олимпийского огня в 2014 году. Далее юным спортсменам предстояло пройти дистанцию 300 метров с выбыванием и традиционным финалом, отдельно среди мальчиков и девочек.

Завершилась неделя интерактивной игрой для 4-ых классов «Здоровым быть здорово!». Трем командам четвероклассников пришлось пройти немало испытаний: найти в сканворде спрятанные названия витаминов, продолжить пословицы, сочинить на тему здоровья собственные стихи, по спортивному инвентарю отгадать название вида спорта, защитить плакат, проявить ловкость в танцевальном конкурсе. А между испытаниями дети пели частушки, песни и читали вредные советы, так что игра больше напоминала не состязание, а настоящий праздник.

Это еще не все наши школьные спортивные события на которых мы построили свое небольшое выступление.

**В заключение, можно сказать, что в Средней школе №1 создана благоприятная здоровьесберегающая среда направленная на обеспечение качества образовательного процесса, накоплен огромный положительный опыт, что подтверждают результаты работы школы и успехи наших учеников.**