

Здоровый образ жизни как система работы ШКОЛЫ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ГИМНАЗИЯ № 46» ГОРОДА ЧЕБОКСАРЫ**

«Здоровье детей – богатство нации,
здоровая нация – сила государства»

Задачи, над которыми работает коллектив гимназии

- ▣ Оптимизация учебного процесса с целью преодоления негативных факторов и отрицательных воздействий учебных нагрузок на здоровье ребенка;
- ▣ • выполнение всех принятых санитарно-гигиенических норм и требований;
- ▣ • медико-оздоровительное сопровождение воспитательно-образовательного процесса;

Задачи, над которыми работает коллектив гимназии

- ▣ организация питания в соответствии с медицинскими требованиями;
- ▣ • организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья;
- ▣ • соблюдение режима двигательной активности;
- ▣ • образовательно - просветительская деятельность по обеспечению формирования системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни;

Задачи, над которыми работает коллектив гимназии

- ▣ организация и развитие психологической службы как механизма психологической поддержки обучающихся, выявления социально-психологических проблем в школьных коллективах и коррекционной работы;
- ▣ • социальное партнёрство;
- ▣ • работа с родителями по организации системы взаимодействия коллектива гимназии и родителей по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Формирование культуры и здорового образа жизни

- ▣ — сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- ▣ — научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- ▣ — научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;

Формирование культуры и здорового образа жизни

- ▣ — сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- ▣ — сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;

Формирование культуры и здорового образа жизни

- — дать представление о влиянии ПОЗИТИВНЫХ и НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИЙ на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- — обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- — сформировать навыки ПОЗИТИВНОГО КОММУНИКАТИВНОГО общения;

Формирование культуры и здорового образа жизни

- — дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- — сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

Традиционные спортивные мероприятия

Соревнования по легкой атлетике



Традиционные спортивные мероприятия

Проведение соревнования по волейболу, баскетболу, футболу, пионерболу



Традиционные спортивные мероприятия

«А ну-ка, парни»



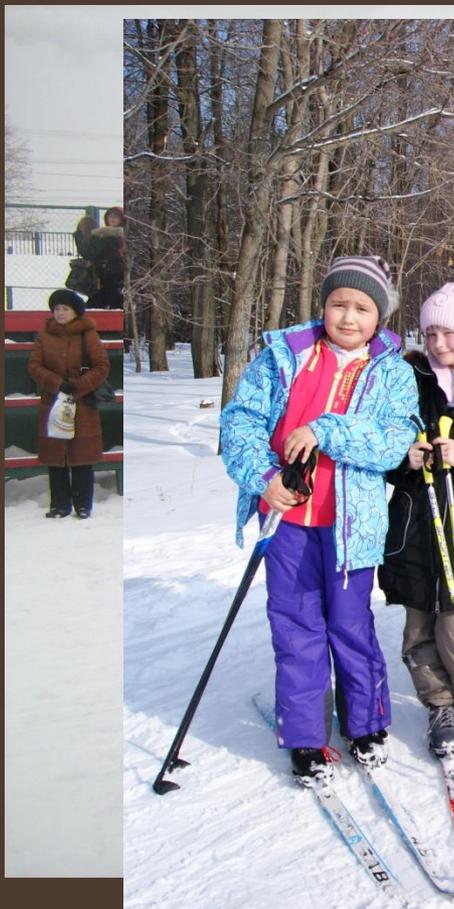
Традиционные спортивные мероприятия

Смотр строя и песни



Традиционные спортивные мероприятия

Лыжные эстафеты



Традиционные спортивные мероприятия

Зимние забавы



Традиционные спортивные мероприятия

«А ну-ка девочки»



Традиционные спортивные мероприятия

Олимпиады по ПДД



Традиционные спортивные мероприятия

Гимназическая весна



Традиционные спортивные мероприятия

Военные сборы



Традиционные спортивные мероприятия

Организация походов



Материально – техническая база

Спортивный зал



Материально – техническая база

Спортивный зал



Материально – техническая база

Шейпинг - зал



Материально – техническая база

Тренажерный зал



Материально – техническая база

Зал хореографии



Материально – техническая база

Бассейн

