**Моё жизненное кредо: «Здоровый образ жизни- гармония с собой и миром».**

Методическая система работы:«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ В ФИЗИЧЕСКОМ И НРАВСТВЕННОМ СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ЛИЧНОСТИ»

ЦЕЛЬ СИСТЕМЫ РАБОТЫ – воспитание и развитие свободной, творческой, физически здоровой личности, способной к самооценке, самореализации, самосовершенствованию.

**Задачи:**

Воспитывать гражданские и патриотические качества личности через пропаганду и утверждение здорового образа жизни;

Формировать у учащихся ценностное отношение к здоровому образу жизни;

Помогать учащимся в самоопределении, в составлении жизненных планов, в выборе профессии, жизненной позиции;

Показать важность умения делать самооценку и анализировать свои поступки.

Программа здоровый образ жизни содержит следующие разделы: Здоровьесберегающие технологии образовательного процесса, методическая работа с пед. коллективом и родителями, учебно- воспитательная работа с учащимися, оздоровительно- профилоктическая работа.

**Формы и методы работы:**

Беседы

Дискуссии

Соревнования

Конкурсы

Викторины

Диспуты

Экскурсии

Походы

Принципы работы: системность, открытость, целенаправленность, конкретность, оперативность.

Здоровьесберегающие технологии учебно- воспитательного процесса:

1. Условия обучения ребёнка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);

2. Рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);

3. Соответствие учебной и физической нагрузки по возрастам и возможностям ребенка;

4. Необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

**Учебно- воспитательная работа с учащимися:**

- организация ежедневной зарядки;

- проведение уроков, классных часов, мероприятий;

- реализация программы «Антинарко»;

- участие в краевой спартакиаде «Спортивные надежды Кубани»;

- внеурочная занятость учащихся в дневное и вечернее время;

- летний отдых учащихся;

- возрождение туризма

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА  С ПЕДКОЛЛЕКТИВОМ И РОДИТЕЛЯМИ:

Выступления на педсоветах

Выступления на МО классных руководителей

Участие в семинарах на школьном и районном уровнях

Организация и проведения родительского лектория

Выступления на родительских собраниях

Привлечение родителей кпроведения и участию в КТД, мероприятиях

**Виды деятельности системы работы:**

Познавательная

Профилактическая

Игровая

Спортивная

Творческая

Коммуникативная

Досуговая

Общественно- организаторская

Профориентационная

*Оздоровительно- профилактическая работа*

- организация горячего питания;

- регулярные медосмотры школьников;

- работа с детьми, освобожденными от физического труда;

- проведение мероприятий по профилактике здорового образа жизни

Здоровье человека- тема для разговора достаточно актуальна для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной.

         Для ребёнка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь.

         Последние несколько лет я работаю над темой «Здоровый образ жизни в физическом и нравственном совершенствовании личности». Одним из приобретённых направлений воспитательной работы является формирование здорового образа жизни.

         Программа реализуется через учебную и воспитательную деятельность. Охватывая весь педколлектив, учащихся, родителей. В программе задействованы не только школьные структуры, но и работники администарции успенского сельского поселения. Комитета по делам молодёжи, Дома культуры, библиотек, спорткомплекса и других организаций, которые работают целеустремленно, добиваясь положительных результатов.

Уроки физкультуры, я стараюсь проводить разнообразными с интересными играми, эстафетами, викторинами и музыкальным сопровождением. В начальной школе большое внимание уделяется физкультминуткам, а на переменах и во внеурочное время-  подвижным играм на свежем воздухе.

         В школе хорошо поставлены внеклассная спортивно- массовая работа. В которой участвуют 98% школьников. В различных спортивных секциях занимаются около 80% учащихся.

Физического совершенства юноши и девушки достигают, занимаясь в школьном спортивном клубе «Ювентус»

В течение года традиционно проводятся внутришкольные соревнования по многим видам спорта: волейболу, пионерболу, баскетболу, мини-футболу, теннису, легкой атлетике, «весёлым стартам» и другие. Активно участвуем и в зональных соревнованиях в рамках Всекубанской спартакиады «Спортивные надежды Кубани». Участвовали в соревнованиях краевой зоны.

Регулярно учащиеся принимают участие в районных соревнованиях и краевых акциях «Спорт против наркотиков», «Мы – за здоровый образ жизни», «Сделай шаг к спорту».

На базе школы №31 проводила круглый стол «Береги здоровье смолоду», театрализованную игру – час суда «Суд над сигаретой»,родительское собрание в спортзале «Семья и спорт», «Спорт- это жизнь», оказываю родителям консультативную помощь в вопросах организации физического воспитания детей дома, профилактики скалиоза и плоскостопия, ежегодно проводятся традиционные спортивные праздники: «Папа, мама, я – спортивная семья», «А, ну-ка, парни!», «Весёлые старты», «Зарничка», «Мальчиши», «Вперёд, мальчишки!».  Много эмоций вызывают соревнования «А, ну-ка, девушки!». По традиции 27 декабря в день рождения Потапова Сергея проводятся соревнования на «Кубок воина – Потапова С.», погибшего в Дагестане.

         Физического совершенства юноши и девушки достигают, занимаясь в школьном спортивном клубе «Ювентус». План мероприятий разрабатывается совместно и утверждается Советом, который состоит из учителей, Попечительского совета и учащихся. Результат работы отражаются на школьном стенде, на линейках.

         Особое внимание уделяется участию ребят во Всекубанской спартакиаде «Спортивные надежды Кубани». Учащиеся 1-11 классов принимают участие во всех видах спорта разного уровня и добиваются хороших результатов: неоднократно являлись призёрами района и выезжали на соревнования краевой зоны.

         К спортивной работе в школе привлекаются родители. Для них организуются родительские лектории, беседы, диспуты, а также спортивные мероприятия совместно с детьми. Многие учителя сами систематически занимаются физической культурой, принимают активное участие в соревнованиях, и это служит хорошим примером для наших воспитанников.

         Работу по оздоровлению детей продолжаю и на каникулах. Так на протяжении пяти лет работаю инструктором на дворовой площадке. Разрабатываю и провожу спортивные праздники, соревнования по лёгкой атлетике, футболу, волейболу, «весёлым стартам», выезжаю с ребятами в лагерь ДОК «Берёзка», где проводятся игры «Форд-боярд», конкурсы на воде и песке, конкурсы рыболовов. Готовим уху, у костра исполняем песни под гитару. В этих соревнованиях участвовали ребята нашей станицы. Результатом всей этой работы должно быть осознание как школьниками, так и их родителями, педагогическим коллективом школы того факта, что занятия физической культурой и спортом- путь к здоровью, силе, мужеству, надёжный щит от болезней. И все должны помнить. Что «здоровый ребёнок- основа здоровой нации».

         Отрадно, что на Кубани вновь стало возрождаться туристическое движение. Работая в школе с детьми, убеждалась не раз, что ребятам очень хочется заниматься туризмом.  Я неоднократно «штурмовала» с учащимися Кавказские горы и видела радость ребят от покорённых вершин. И вот теперь, наконец, вновь можно отправляться с детьми в походы. Мы прошли туристическими тропами, воочию увидели красоты родного края. Впечатления, конечно, незабываемые. Невольно вспоминаешь Владимира Высоцкого: «Лучше гор могут быть только горы, на которых ты ещё не бывал!» О нашем туристическом походе мы сделали видеоролик. Такие походы нужны! Нужны для воспитания наших детей, для знакомства с природой и историей родного края, нужны для становления их как личностей.

Мои учащиеся становились победителями и призерами в спортивных конкурсах всероссийского, краевого, муниципального и  зонального  уровней:

         За годы работы в школе я подготовила много хороших спортсменов, которые выходят в жизнь крепкими, здоровыми, готовыми к труду и защите Родины.

Результатом всей этой работы должно быть осознание как школьниками, так и их родителями, педагогическим коллективом школы того факта, что занятия физической культурой и спортом- путь к здоровью, силе, мужеству, надежный щит от болезней. И все должны помнить, что «здоровый ребёнок- основа здоровой нации».

Спасибо за внимание!