

«Наше здоровье – в наших руках!»



В жизни каждого человека есть периоды, когда его здоровье проходит испытание на прочность. Учёба в школе – один из таких этапов. Проблема сохранения здоровья подрастающего поколения относится к числу наиболее актуальных проблем нашего времени. По данным ежегодного медицинского осмотра **каждый третий** ученик имеет отклонения в состоянии здоровья. Основные причины – недостаточная двигательная активность, несбалансированное питание, вредные привычки и психо-эмоциональное напряжение.

Одно из центральных мест в системе воспитания занимает формирование у обучающихся **экологической культуры**, которая складывается из ответственного отношения к природе (*экология природы*), к себе как составной части природы (*экология здоровья*), к окружающему нас миру и живым существам вокруг нас (*экология души*).

С целью формирования позитивного опыта здорового образа жизни у подростков, повышения культуры совместного досуга детей и родителей ежегодно обучающиеся 5-х-7-х классов принимают участие в городском **соревновании классов «Наше здоровье – в наших руках!»**. Школьный этап Соревнования начинается в октябре и заканчивается в феврале месяце учебного года. В рамках Соревнования проходят Уроки здоровья, профилактические занятия, Акции, спортивные соревнования и праздники с участием детей и родителей, встречи с ветеранами спорта. Команды-победители районного этапа принимают участие в семейно-спортивном празднике «Здоровый город», который традиционно проводится на базе спортивного корпуса ДПШ имени Н.К. Крупской. Самый спортивный и активный класс города Челябинска становится обладателем переходящего кубка соревнования «Наше здоровье - в наших руках!»

Е.А. Тяжкороб, координатор Соревнования