**1. Размышление о здоровье сберегающих технологиях в образовании сегодня.**

**«Будьте здравы и Богом хранимы!»**

С.Ф.Щукина,
методист МБОУ ДПО ЦСУОП
пос. Борисоглебский

   «В здоровом теле здоровый дух…
    …бывает редко», – об окончании известной пословицы, пришедшей к нам из Древнего Рима, многие из нас не догадываются.   Так что же – не пренебречь ли здоровьем тела? Конечно – нет: укрепляя дух, упражнять и закалять тело!
    Федеральный государственный стандарт предусматривает требования к сохранению здоровья подрастающего поколения. И это правильно: много ли пользы может принести своему отечеству человек, немощный физически не от рождения, а от несоблюдения норм здорового образа жизни, от вредных привычек, например, компьютерных игр, беспрерывного просмотра телепередач. Понятно, что и родители,  и учителя должны воспитывать – заботиться о здоровье   детей, а не попустительствовать их тем или иным слабостям.
    Со школьной скамьи нам известны слова, начинающиеся со «зд»: «здесь», «здание», «здоровье». Они  исторически родственны и в самих себе содержат ключ к толкованию:  обозначают то, что зиждется – имеет основу. Дух – это и есть та основа, на которой строится здание здоровья.  Не случайно родственны  слова «здоровье» (здравие) и «древо» (а//е). Дерево сильно корнями, а народ – традициями, которые почитает. Обратимся к народной мудрости – поговоркам: «деньги – медь, одежда – тлен, а здоровье – всего дороже», «сила Господня в немощи совершается», «здоровьем болен», «аптека не прибавит века», «тот здоровья не знает, кто болен не бывает», «здоров на еду, да хил на работу», «нищий болезней ищет, а к богатому они сами идут», «проспишь зорю – хлебай горю» – то есть ценно испокон века не само по себе здоровье во имя мышечной силы, но духовная сила в здоровье.  Так утверждает народная мудрость. И мы понимаем: здоровье – основа личного, семейного и национального благополучия.
    Ярославская земля имеет свои  традиции заботы о подрастающем поколении – и в сфере народного быта (разумный и посильный труд), и в сфере системы образования. В материале, недавно обнаруженном  жительницей дер. Опальнева, проф. Санкт-Петербургского Государственного Университета И.В.Столяровой, есть интересные сведенья о Сергее Дмитриевиче Моравском – директоре Ростовской гимназии (с 1910 по 1924 г.г.). Чтобы правильно рассчитать меру освещенности школьных помещений, объем поступления свежего воздуха в классы  – величину форточек, он знакомился с опытом школ Германии. Тщательно контролировал соответствие высоты парт и роста ученика, градус наклона столешницы. Через каждые два урока была установлена большая часовая перемена, на которой дети  имели возможность в любую погоду играть на улице, прогуливаться в гимназическом парке с редкостными растениями, оранжереей, а за растениями гимназисты ухаживали сами под руководством садовода.  Было продумано горячее питание, стоимость которого регламентировалась в зависимости от уровня дохода семьи. Дети из малообеспеченных семей были обеспечены бесплатным питанием. В гимназии размещались два спортивных и великолепный актовый зал, уникальная обсерватория. Но все же главное значение директор придавал не умственному развитию, а возможностям самосовершенствования личности, развития души – сострадания, внимательного отношения к нуждам ближних.  Гимназию закончили люди, составившие славу отечеству. Главное, что не только физически, но духовно это были крепкие люди. В архивах дочери С.Д. Моравского -  Александры Сергеевны сохранился дарственный адрес выпускников 1918 года, где они благодарят директора и пишут, что никакие социальные свободы им не нужны, так как в гимназии они научены свободе поступка по совести – свободе внутренней. (В настоящее время могила С.Д.Моравского находится неподалеку от Высоково – у деревни Яшкурово.) Есть традиции,  достойные сохранения и  продолжения.