**Учитель за здоровый образ жизни**

 На данный момент в мире,на мой взгляд, есть две особо важные профессии – учитель и врач. Именно люди этих профессий могут пропагандировать решение актуальных проблем общества. В современной жизни уделяется большое внимание здоровому образу жизни. В своем сочинении я расскажу, как учитель может помочь вести здоровый образ жизни.

 Тема здорового образа жизни всегда стояла превыше всего. Ведь именно здоровое поколение – будущее всего мира. Под термином здоровый образ жизни в большинстве случаев подразумевается – человек, который регулярно занимается спортом, не имеет вредных привычек, с хорошим эмоциональным, психологическим и духовным самочувствием. Привычку здорового образа жизни нужно развивать с детства.

 Все родители хотят, чтобы их ребенок рос здоровым, сильным, крепким, выносливым. Для этого нужно приложить немало усилий не только родителям, но и их учителям.

 В школе и других различных учебных заведениях ребенок проводит большую часть своего времени, именно там его формируют как личность. Многие правила поведения, общения, привычки появятся у него исходя из взаимодействия со сверстниками, учителями.

 Педагоги сами соблюдают правила здорового образа жизни, пытаются привить эту привычку своим детям.

 Каждый ребенок является очень активным, особенно в детстве. Эту активность нужно направить в нужное русло, чтобы дети не начинали заниматься пагубными занятиями. Например: учителя придумывают мероприятия, чтобы дети смогли проявить себя. Руководитель учит с ребятами танцы, ставит различные сценки. Тем самым у детей будет хорошее эмоциональное состояние.

 Неотъемлемой частью воспитательной работы с учащимися является проведение спортивных соревнований, где ребенок может принять участие вместе со своими родителями. Это помогает не только сплотить семью, но и развить командный дух и дух соперничества. Ведь спортивные мероприятия на свежем воздухе благоприятно влияют на самочувствие всех людей без исключения.

 Во время учебного процесса, каждое утро приходя в школу учителя с ребятами делают зарядку. Зарядка как раз и является проявление здорового образа жизни. Во время уроков дети тоже не сидят на месте, ведь время от времени педагог со школьниками делают разминки не только для тела, но и для зрения.После школы, например в продленке проводят подвижные игры

 Здоровый образ включает в себя культурно-гигиенические навыки. В школах учителя, начальных классов рассказывают о микробах. Составляют вместе достаточно простые, но важные правила личной гигиены.

 Учитель всегда старается разнообразить учебный процесс. Педагог старается водить ребят на экскурсии, путешествовать в пределах нашей страны.

 Учителя создают психологический климат, в котором комфортно будет работать детям. Для этого у педагога должно быть хорошее эмоциональное и психологическое здоровье, ведь от него зависят взаимоотношения между ребятами и их работоспособность.

 Таким образом можно сделать вывод, что учитель должен соблюдать правила здорового образа жизни. Только так он сможет воспитать достойное поколение детей, которые будут ответственны за будущее своей страны.