**Приоритетными факторами, содействующими здоровью, являются: психическое здоровье школьников, комплекс медико-социальных мероприятий и внедрение здоровьесберегающих технологий в учебный процесс, расширение сети спортивно-оздоровительных мероприятий. Большую роль в этой проблеме играют здоровьесберегающие технологии, направленные на повышение объема и разнообразия форм двигательной активности, на воспитание культуры ребенка, которая определяется культурой здорового образа жизни и умением создать гармонию своего существования в самом широком смысле.**

В современных условиях значительное увеличение объема двигательной деятельности, осуществляемой в вероятностных и неожиданно возникающих ситуациях, требует проявления находчивости, быстроты реакции, способности к конкретизации и переключения внимания, пространственно-временной точности движений. Все эти качества или способности в теории физического воспитания связывают с понятием ***ловкость.***

Сюда относятся вращения, упражнения в равновесии, в особенности на поднятой над полом и уменьшенной опоре, а также двигательные действия при необычном положении тела в гравитационном поле, например, вниз головой. Для адаптации учащихся к необычному положению тела в пространстве и к вращательным движениям в уроки включаются специально подобранные упражнения.

Расширение двигательного опыта за счет использования разнообразных общеразвивающих физических упражнений в различных формах занятий, овладения современными системами физических упражнений, включая упражнения рекреативной, корригирующей и прикладной направленности; расширение объема знаний о разнообразных формах соревновательной и физкультурной деятельности, использование этих форм для совершенствования индивидуальных физических и психических способностей, самопознания, са моразвития и самореализации; гармонизация физической и духовной сфер, формирование потребностей в культуре движений, красивом телосложении, оптимальном физическом развитии и креп ком здоровье; формирование адекватной самооценки личности, высокой социальной адаптации в коллективном общении и взаимодействии; формирование навыков и умений использовать акробатику и гимнастику как средство воспитания подрастающего поколения, укрепления будущей семьи и утверждения здорового образа жизни.

Использование здоровьесберегающих технологий в воспитательной работе,
совершенствование физического состояния учащихся через двигательную активность, полноценное питание и отдых помогает ребятам стать добрее и сильнее духом, поднимает их над своими слабостями, формирует гармонично развитую личность, что является первостепенной задачей любого педагога.