Понятие "здоровьесбережение" включает комплекс мер, направленных на профилактику так называемых "школьных болезней" и улучшение здоровья участников образовательного процесса - учащихся и преподавателей - с использованием здоровьеразвивающих технологий.

Необходимость применения здоровьесберегающих технологий обусловлена потребностями человека, общества и государства в здоровьесберегающем образовании.

Одной из приоритетных задач реформирования образовательной системы сегодня является сохранение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них ценности здорового образа жизни и выбора соответствующих возрасту образовательных технологий, которые не нагружают их и способствуют сохранению их здоровья.

Как известно, в настоящее время наблюдается серьезное сокращение здоровья населения. Исследования Министерства здравоохранения и Службы государственного контроля за эпидемическими заболеваниями России показывают, что только 14% детей практически здоровы, 50% имеют функциональные нарушения, а 35-40% страдают хроническими заболеваниями.

У школьников за период обучения частота нарушений зрения растет в 5 раз, патология пищеварительной и мочеполовой системы - в 3 раза, нарушение осанки - в 5 раз, а нервно-психические расстройства - в 4 раза. Количество детей со замедленным ростом увеличилось в 20 раз за последние годы. Более 35% юношей ежегодно не могут служить в армии из-за медицинских показателей. Смертность превышает рождаемость. Оценки отечественных и зарубежных специалистов показывают, что состояние здоровья детей и подростков зависит от состояния окружающей среды на 20-40%, генетических факторов на 15-20%, деятельности здравоохранительных служб на 10% и образа жизни на 25-50%.