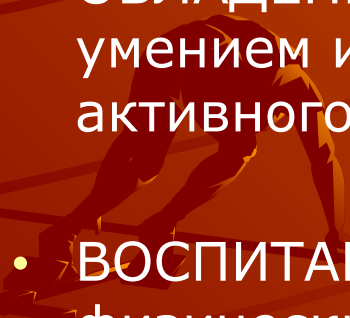


Система физического
воспитания
учителя физической
культуры
начальных классов



СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НАПРАВЛЕНА НА ДОСТИЖЕНИЕ СЛЕДУЮЩИХ ЦЕЛЕЙ:

- УКРЕПЛЕНИЕ здоровья;
 - РАЗВИТИЕ жизненно важных двигательных умений и навыков;
 - ОВЛАДЕНИЕ общеразвивающими упражнениями, умением их использовать в режиме учебного дня, активного отдыха и досуга;
 - ВОСПИТАНИЕ интереса и инициативы на занятиях физическими упражнениями
- 
- A silhouette of a runner in a starting block on a track, positioned in the lower-left quadrant of the slide. The runner is in a crouched starting position, ready to begin a race. The background is a warm orange gradient with curved lines suggesting a track.

ПРОБЛЕМА ,НАД КОТОРОЙ РАБОТАЕТ УЧИТЕЛЬ

- Развитие физических качеств у учащихся начальной школы



ПЛАН САМООБРАЗОВАНИЯ

ЦЕЛЬ- изучать и внедрять новые педагогические технологии, формы методы, приемы обучения.

ЗАДАЧИ посещать уроки коллег и участвовать в обмене опытом;
периодически проводить самоанализ своей профессиональной деятельности;
повышать уровень своей эрудиции, общей культуры.

Виды деятельности	Сроки выполнения
Чтение педагогических периодических изданий	СИСТЕМАТИЧЕСКИ
Чтение методической и предметной литературы «Физкультура в школе».	СИСТЕМАТИЧЕСКИ
Обзор в Интернете информации по предмету, педагогике, педагогических технологий.	В течение года
Прохождение курсов повышения квалификации	По графику
Проведение открытых уроков для анализа со стороны коллег	По плану МО
Изучение информационно – компьютерных технологий.	СИСТЕМАТИЧЕСКИ
Проведение внеклассных мероприятий.	По плану
Обмен опытом с коллегами на заседании МО	По плану МО
Ведение здорового образа жизни, занятия спортом, физическими упражнениями.	Регулярно

Основные формы физического воспитания школьников

Уроки по предмету «Физическая культура»

Формы активного отдыха

Внеклассные формы работы



Уроки «Физическая культура»



Формы активного отдыха:

- Гимнастика до уроков
- Организованные игры на переменах



Утренняя гимнастика



Игры на переменах



Внеклассные формы работы

- Секции по видам спорта
- Соревнования
- Спартакиады
- Мероприятия



Спортивные секции



Соревнования



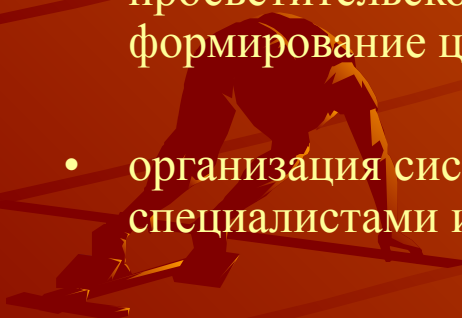
МЕРОПРИЯТИЯ

Веселые старты.

- Митинги.
- Конкурсы рисунков и плакатов.
- Выступления агитбригад о здоровом образе жизни.
- КВН о спорте.
- Театр здоровья.
 - Конкурс «Папа, мама, я – спортивная семья!»
 - Смотр строевой песни.

Программа «Здоровье»

- здоровьесберегающая инфраструктура МОУ СОШ №22
- рациональная организация образовательного процесса
- организация физкультурно-оздоровительной работы
- просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни
- организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями
- медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья



Здоровый образ жизни

Образ жизни- вошедший в привычку способ жизнедеятельности, поведения людей.

ЗДОРОВЬЕ

Физическое

психическое

Возможность вести ЗОЖ зависит от:

1. Пола, возраста, состояния здоровья;
2. Условий обитания : климат, жилище;
3. Экономических условий: питание, одежда.
4. Отсутствия вредных привычек.



Профилактика наркомании и табакокурения

- « Курить опиум- все равно, что выпрыгивать из поезда на полном ходу» Жан Кокто.
- НАРКОТИК – от греческого «narkoo», что означает оцепенеть, сделаться нечувствительным.



УЧИТЕСЬ СКАЗАТЬ « НЕТ»!

В здоровом теле – здоровый дух

- У природы есть закон – счастлив будет только тот, кто здоровье бережет.
Прочь гони-ка все хворобы!
Поучись-ка быть здоровым!



ВОПРОСЫ

Как вы понимаете «здоровый образ жизни»

Почему надо беречь глаза , зрение?

Как это надо делать?

Как вы понимаете принцип «Не навреди»?



АНКЕТА

- Соблюдаешь ли ты режим дня?
- Делаешь ли по утрам зарядку?
- Как ты считаешь, помогают ли оберегать твоё здоровье физминутки на уроках?
- Дружит ли твоя семья со спортом (семейные турпоходы, рыбалка и т.п.)?
- Знаешь ли ты, что такое «здоровое питание»?



Учитель дал анкету, в которой попросил ответить на вопросы и нарисовать **лестницу «здорового образа жизни»** нашей семьи:



отлично



хорошо



удовлетворительно



плохо



никак



Спорт
и
семья

Зарядк
а

Физмин
утки

Здоров
ое
питани
е

Режим
дня

