

**Физическая культура в реализации
здоровьесозидающей составляющей
Федерального государственного стандарта
образования**

2012 год

«Физ-зря»...

**или физическая
культура?**

Формирование навыков

- В семье
- В школе
- В спортивных секциях

Факторы нездоровья школьника:

- Гиподинамия
- Повышение давления
- Избыточный вес
- Отсутствие аппетита
- Нарушение работы сердца и сосудов
- Нарушение опорно-двигательной системы
- Гиперактивность
- Гипотония и т.д.

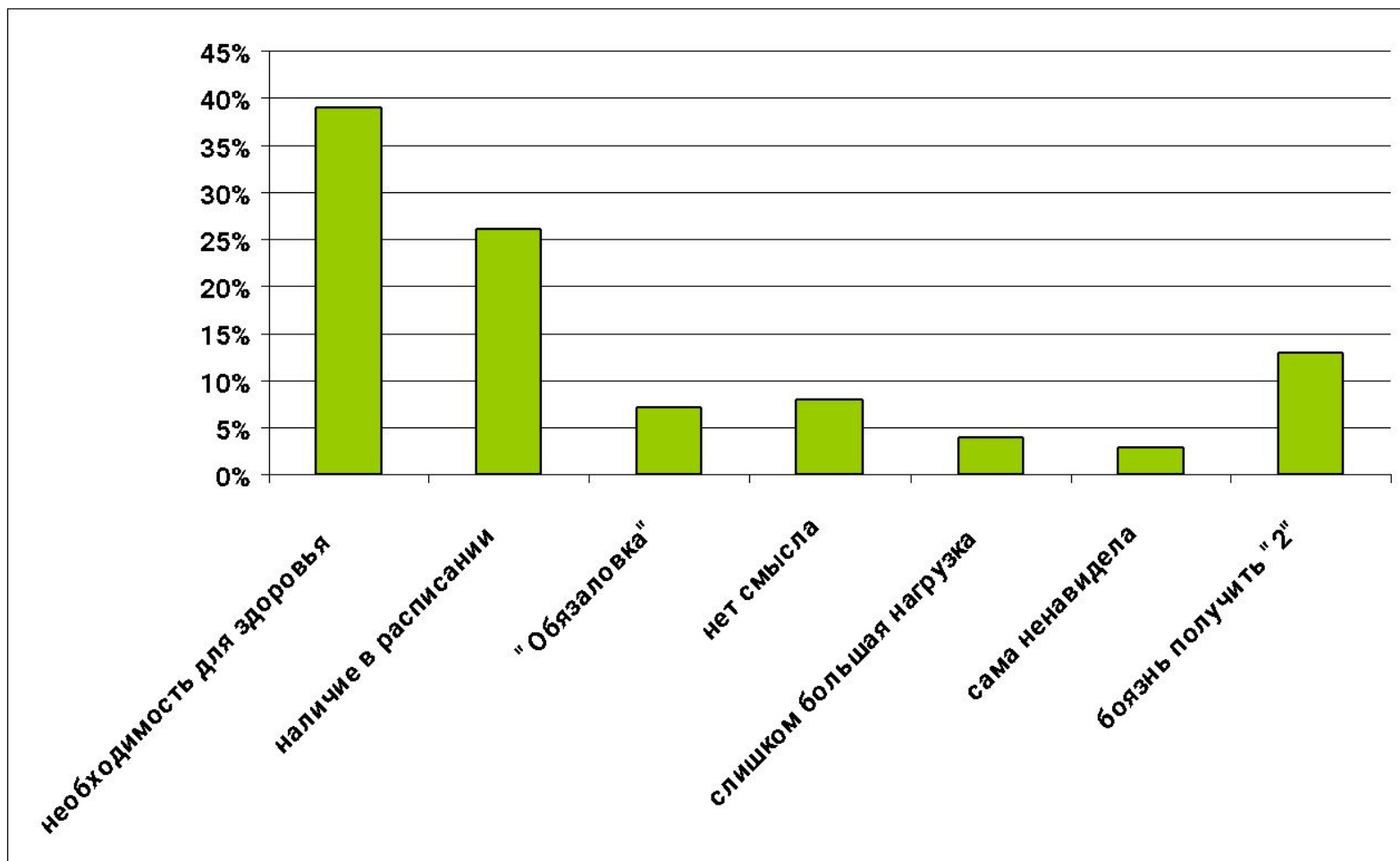
Отношение педагогов к проблеме

- Физическое, духовное и нравственное развитие учащихся через уроки ФК
- Пропаганда здорового образа жизни
- Привлечение родителей к спорту через школьные праздники
- Подготовка к армии
- Самосовершенствование тела ребёнка
- Повышение самооценки

Родители о проблеме неприятия урока физической культуры детьми

- Необходимы для здоровья детей – 39%
- Наличие в расписании - 26%
- Боязнь получить «неуд» по предмету – 13%
- «Обязаловка» - 7%
- Не вижу смысла в «физ-ре» в школе – 8%
- Слишком большие нагрузки – 4%
- Сама ненавидел(а) «физ-ру», понимаю своего ребёнка - 3%

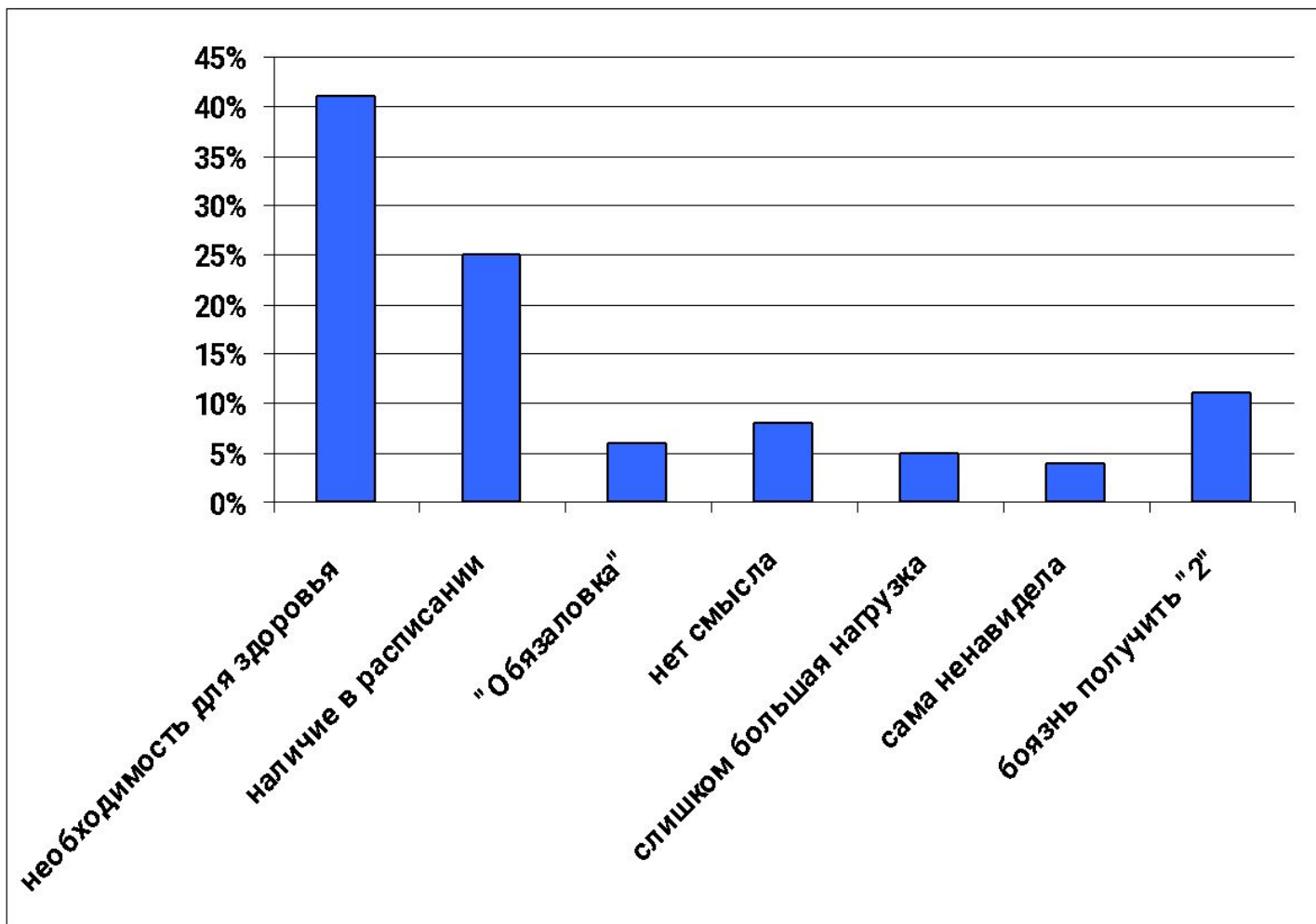
Результат опроса родителей



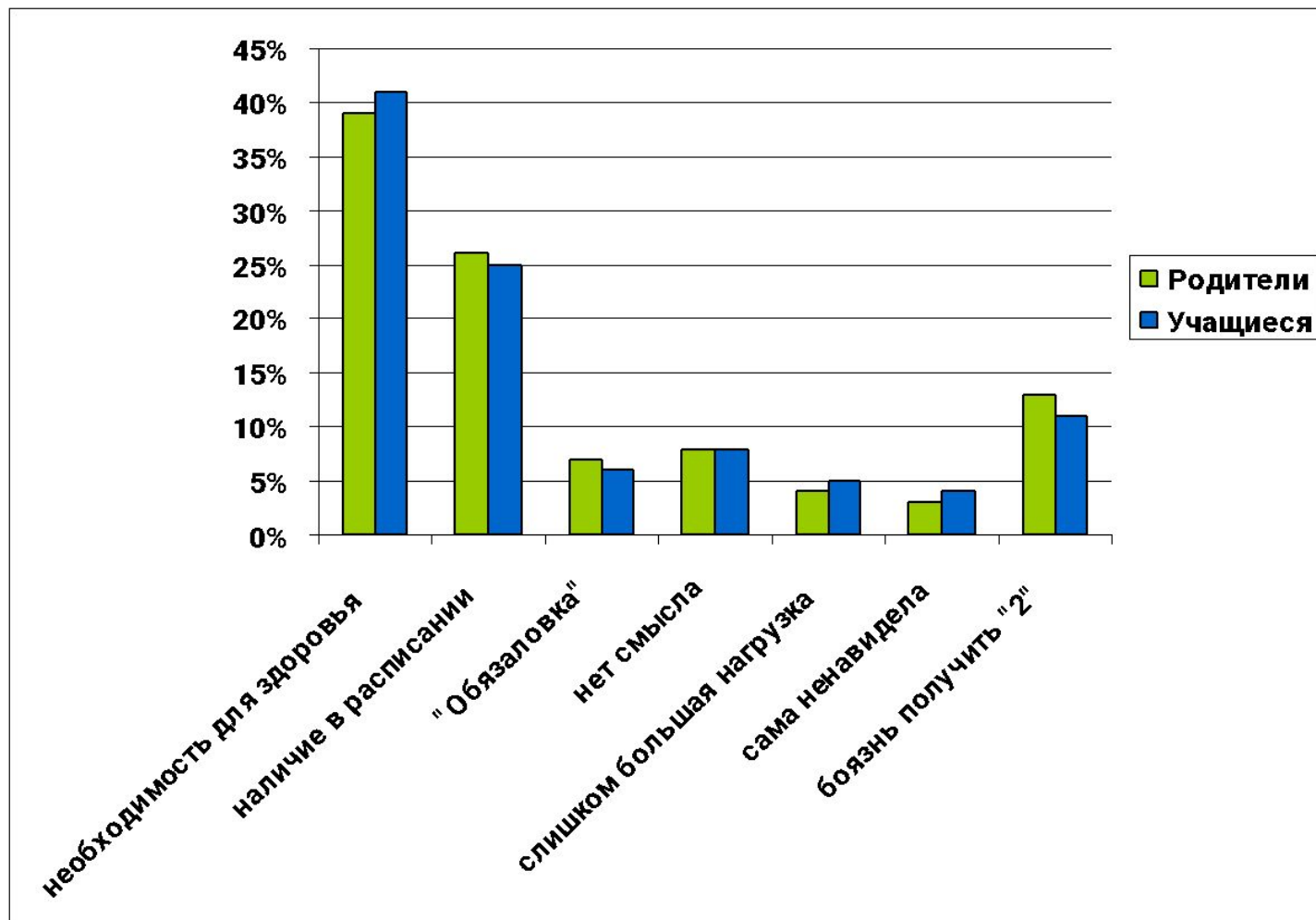
Отношение детей к ФК

- Необходимость для здоровья – 41%
- Наличие урока в расписании – 25%
- Боязнь получить «2» - 11%
- Обязаловка – 6%
- Не вижу смысла в «физ-ре» в школе – 8%
- Слишком большая нагрузка – 5%
- Мама ненавидела «фи-зру», и я тоже – 4%

Результат опроса учащихся



Сравнение показателей отношения к ФК родителей и учащихся



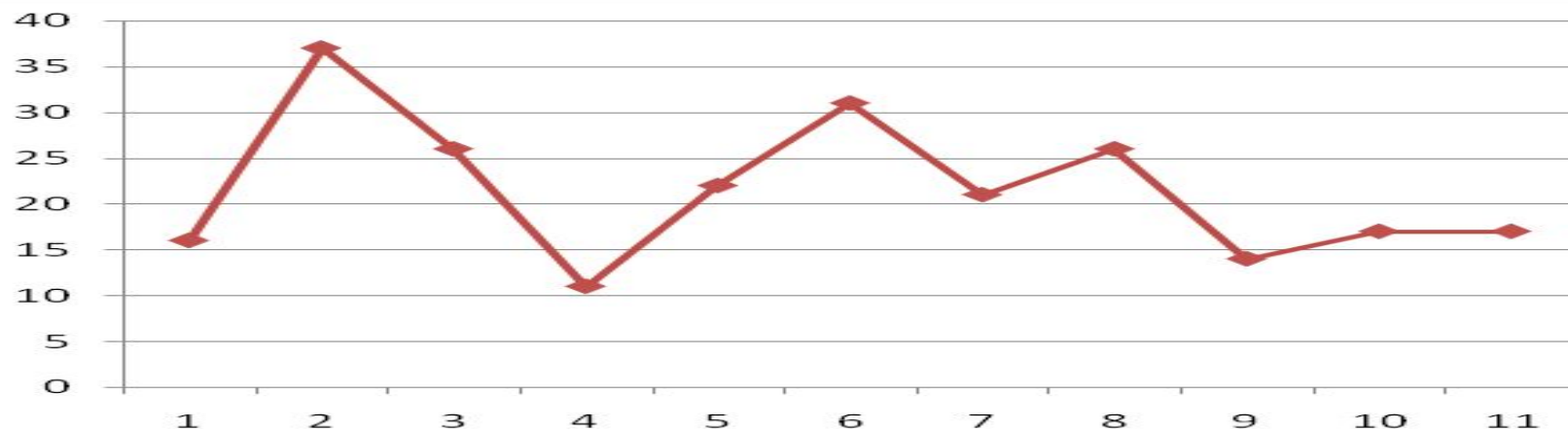
Проблемы учителя ФК на уроке

- Пропуски занятий без уважительной причины
- Отсутствие сменной обуви
- Отсутствие надлежащей спортивной одежды
- Наличие оправдательных документов сомнительного характера
- Отговорка по физиологическим причинам
- «После болезни»
- Психологические факторы и т.д.

Недопустимо...



Диагностика заболеваний опорно-двигательного аппарата:



Класс	Кол-во детей класса	Количество детей, имеющих плоскостопие 1 степени	Процент детей, имеющих плоскостопие 1 степени
1	99	16	16
2	85	32	37
3	68	18	26
4	45	5	11
5	53	12	22
6	44	14	31
7	56	12	21
8	45	12	26
9	27	4	14
10	28	5	17
11	23	4	17

Опрос школьников по данной проблеме показал...

Как вы считаете, зачем в школе требуют сменную обувь на урок ФК?

- По правилам внутреннего распорядка - 26%
- Чтобы грязи меньше в с/з было- 31%
- В интересах гигиены и здоровья - 25%
- Уличная обувь не подходит под нормы спортивной формы - 2%
- Привлечь внимание родителей - 14%
- Не задумывался над этим вопросом - 4%

Научно–исследовательская работа учащихся по данной проблеме

- Провели опрос учеников по проблеме сменной обуви для спортивного зала;
- Изучили требования школы к необходимости сменной обуви, литературу по данному вопросу;
- Провели мониторинг заболеваемости учащихся;
- Ознакомились с медицинской литературой по проблеме;
- Получили консультацию у школьного врача;
- Поставили цель: исследовать пробы снега по пути в школу;
- Получили консультации учителей химии и биологии по данной проблеме;
- Разработали методику совместно с учителями;
- Провели эксперимент;
- Обработали результаты, сделали выводы;
- Выступили на школьной конференции для детей, запланировали выступление с материалами исследования перед родителями.



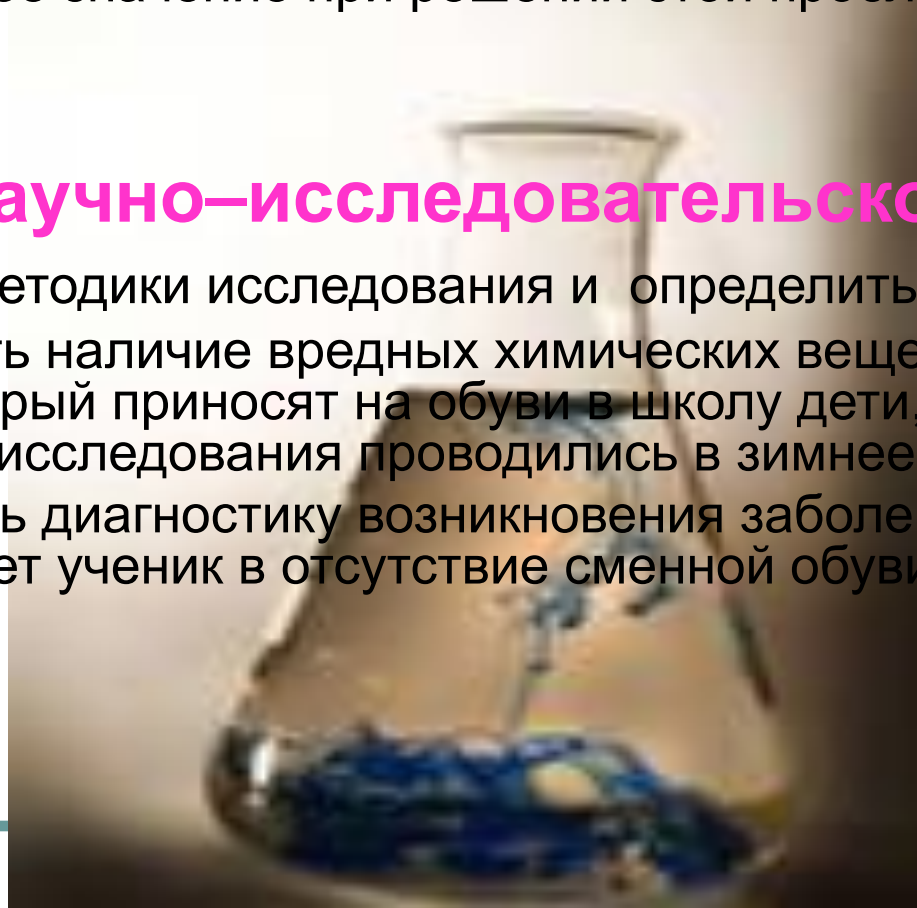
Цель научно–исследовательской работы

доказать необходимость сменной обуви в школе и спортивном зале для всех участников образовательного процесса. Наибольшее значение при решении этой проблемы уделить детям.

Задачи научно–исследовательской работы

Подобрать методики исследования и определить этапы работы.

- Определить наличие вредных химических веществ в пробах снега, который приносят на обуви в школу дети, учителя и родители (исследования проводились в зимнее время).
- Проследить диагностику возникновения заболеваний, которые приобретает ученик в отсутствие сменной обуви в школе.



Катион/реактив/физ. св-ва.	Качественная реакция	Проба №1	Проба №2	Проба №3
Результат фильтрования (осадок – песок, пыль).	-	До 4 граммов	До 1 грамма	До 2 граммов
Запах	-	Хорошо ощутим	Запах не ощутим	Слабо ощутим
универсальная лакмусовая бумага, раствор метилоранжа и фенолфталеина (спиртового).	-	Кислая реакция среды	Нейтральная реакция среды	Нейтральная реакция среды
SO ₄ ²⁻ - сульфат - ионы	Ba ²⁺ + SO ₄ ²⁻ = BaSO ₄ (помутнение)	Помутнение значительное	Помутнение отсутствует	Помутнение незначительное
Cu ²⁺ - ионы меди	Cu ²⁺ + S ²⁻ = CuS (зелено-бурый осадок)	зелено-бурый осадок (бледный) присутствует	зелено-бурый осадок отсутствует	зелено-бурый осадок отсутствует
Ca ²⁺ - ионы кальция	Ca ²⁺ + CO ₃ ²⁻ = CaCO ₃ (помутнение)	Помутнение значительное	Помутнение отсутствует	Помутнение незначительное
Pb ²⁺ - ионы свинца	Pb ²⁺ + 2I ⁻ = PbI ₂ (черный осадок)	черный осадок присутствует	черный осадок отсутствует	черный осадок отсутствует
Cl ⁻ - ионы хлора	Ag ⁺ + Cl ⁻ = AgCl (осадок белого цвета).	осадок белого цвета обнаружен	осадок белого цвета не обнаружен	осадок белого цвета обнаружен

Свинец

- **В избытке вызывает развитие следующих болезней:**
- - заболевание костной системы, кариес зубов, развитие атеросклероза, повышение артериального давления, запор, боли в животе, истощение, потеря веса, почечная недостаточность, анемия, снижение иммунитета, развитие синдрома сатурнизма, уменьшение количества цинка, селена и кальция в организме.
- **При хронической интоксикации свинцом проявляется повышенная возбудимость, депрессия, снижение IQ, периферическая нейропатия, пропадает аппетит.** Появляются боли в желудке, нефропатия, дистрофия кистей рук. В основном свинец попадает в организм из воздуха. После чего свинец оседает в лёгких.

Хлор

- При большой концентрации в организме способствует угнетению желудочной секреции, уменьшению диуреза, повышению артериального давления и другие нарушения, оказывающиеся особо вредными для больных с заболеваниями сердца и почек. Хлор отрицательно действует на организм. Он оказывает раздражающее и прижигающее действие, вызывая некроз тканей, а затем первичное токсико-химическое воспаление, к которому может в дальнейшем присоединиться вторичная инфекция. При небольших концентрациях вызывает общее недомогание. **При больших дозах поступления в организм появляется сильный кашель, боль и стеснение в груди, одышка, кровохаркание. Хлор применялся во время 1-ой Мировой Войны как боевое отравляющее вещество!**

Заключение и выводы

Учащиеся доказали, что

- наличие сменной обуви в с/з является обязательным;
- здоровье школьника зависит от чистоты воздуха;
- если учащиеся не переобуваются, то содержание частиц пыли в воздухе резко увеличивается;
- у детей, которые "дышат пылью" ежедневно, возрастает риск развития заболеваний дыхательной системы и снижается иммунитет; особенно у детей, страдающих аллергией;
- от уровня запыленности в классе и в спортивном зале зависит работоспособность школьника, а значит уровень его успеваемости;
- Обувь, не соответствующая занятиям спортом, приводит к развитию плоскостопия и возникновению грибковых заболеваний.

Роль родителей в формировании у детей положительного отношения к урокам ФК

- Воспитывать личное позитивное отношение к предмету;
- Формировать здоровый образ жизни в семье;
- Организовать особое питание в дни проведения урока ФК;
- Контролировать соблюдение правил личной гигиены;
- Правильно подбирать одежду и обувь для занятий ФК, с учётом рекомендаций специалистов;
- Требовать соблюдение режима дня;
- Привлекать детей к занятиям в спортивных секциях;
- Лимитировать время проведения детей за компьютером и у телевизора;
- Организовать максимальное пребывание на свежем воздухе, обеспечить двигательную активность.



Роль учителя в формировании у детей положительного отношения к урокам ФК

- Качественная подготовка к каждому уроку ФК;
- Учёт физических данных учащегося;
- Учёт психологического состояния ребёнка;
- Построение занятий ФК на основе индивидуального подхода к детям;
- Создание здоровой атмосферы на уроке;
- Плавное увеличение физической нагрузки для детей со слабой физической подготовкой;
- Учёт физиологических возрастных изменений подростков;
- Способность учителя являться личным примером для детей: внешний вид, эстетика выполнения физических упражнений, этика взаимоотношений с детьми, коллегами и т.д.;
- Сохранение здоровья детей и собственного здоровья;
- Содержание спортзала согласно единых требований и т.д.

Авторы мастер – класса

- Понтякова Елена Владимировна – заместитель директора по УВР, учитель биологии ГБОУ СОШ № 589;
- Андрух Екатерина Владимировна – заместитель директора по УВР, учитель химии ГБОУ СОШ № 589;
- Блок «Научно – исследовательская работа» выполнен учащимися 8 «А» класса:

Темченко Дариной,
Шаталиной Алёной,
Горской Кристиной,
Онегиным Владиславом.

По всем вопросам можно обратиться по адресу: 196655 СПб,
Колпино, Тверская ул., д.62, лит.А, к.т. 8-812-463-86-12.