

# Наименование опыта

- Формирование навыков здорового образа жизни учащихся через внеурочную деятельность по физической культуре

# Условия возникновения опыта

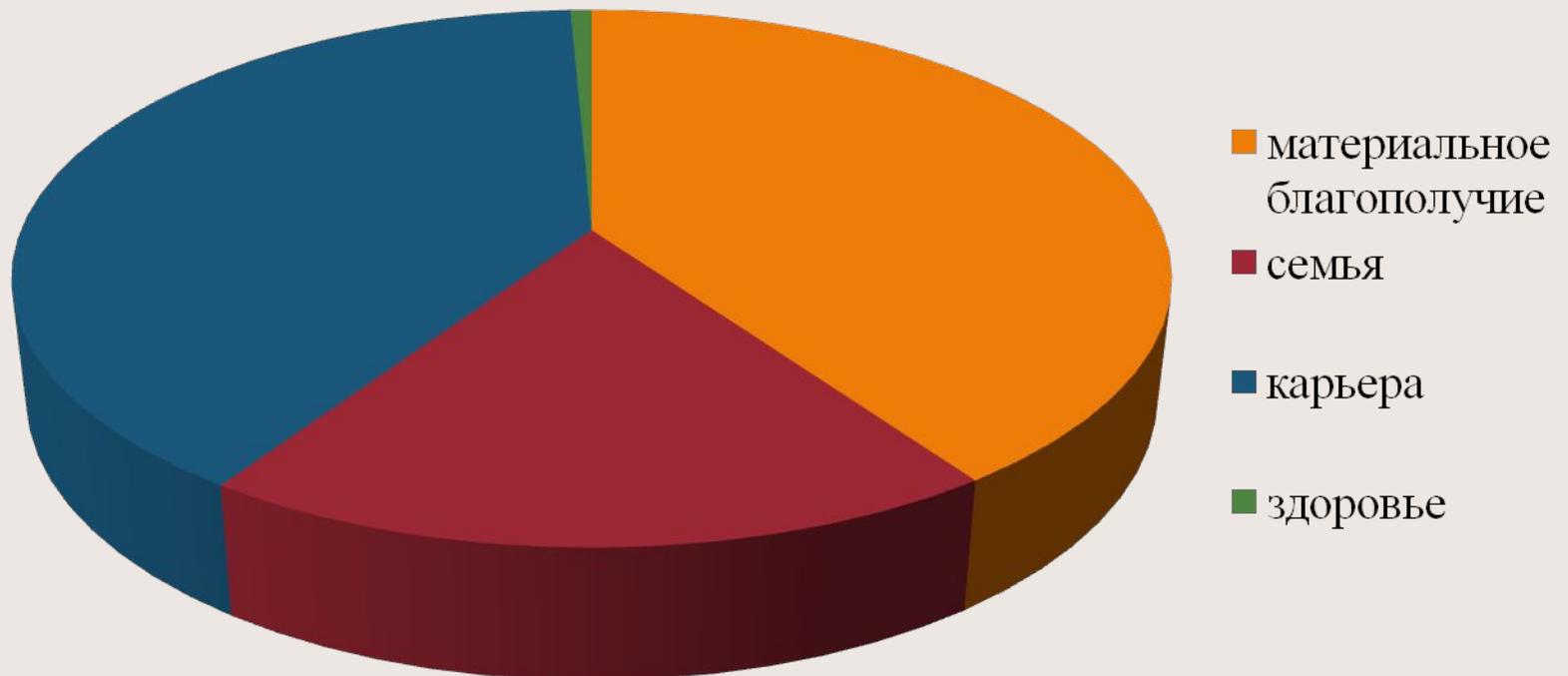
Модернизация российского  
образования

Интенсификация  
образовательного  
процесса

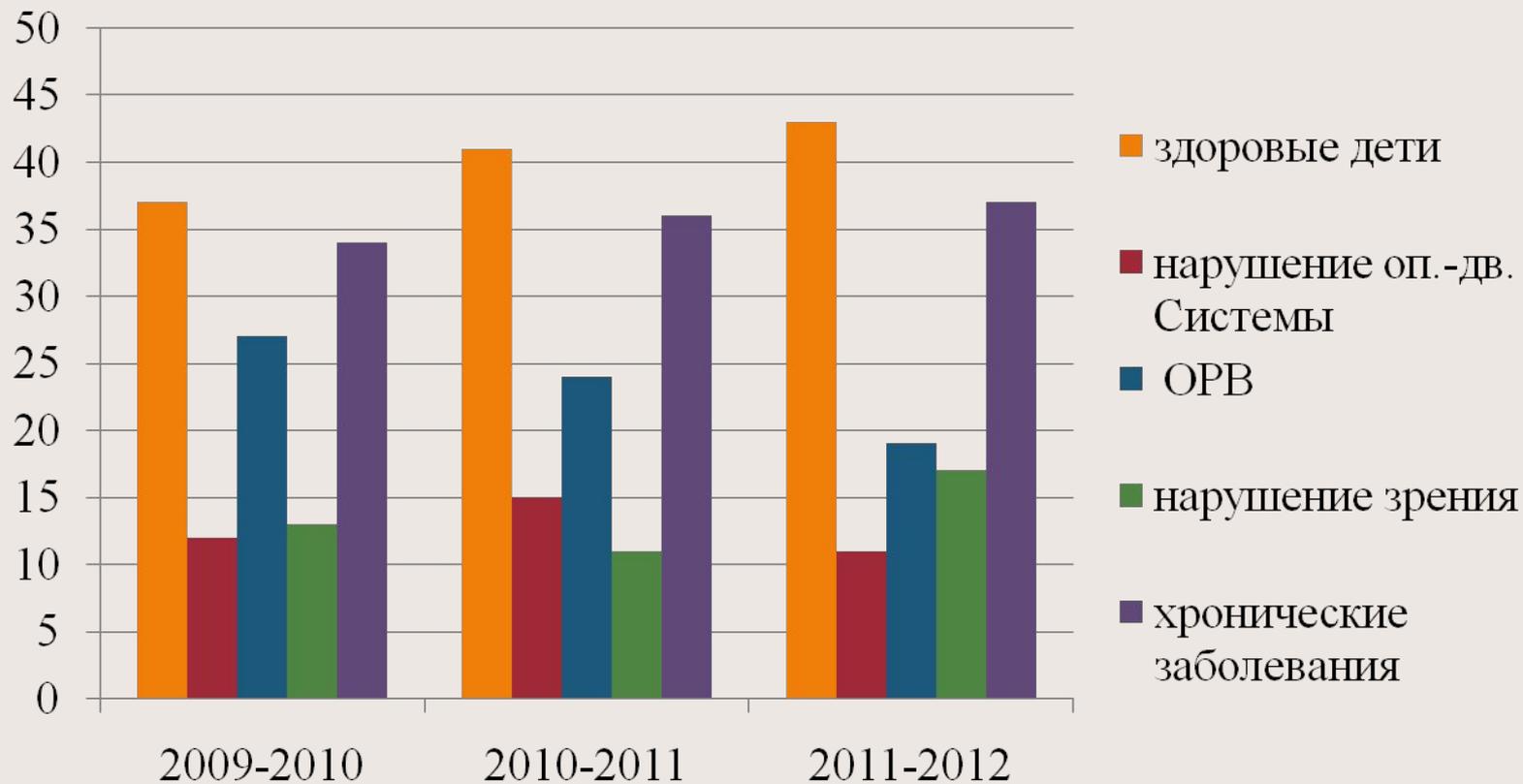
Школьные факторы риска  
нарушений здоровья детей

# Здоровье среди категорий ценностей учащихся

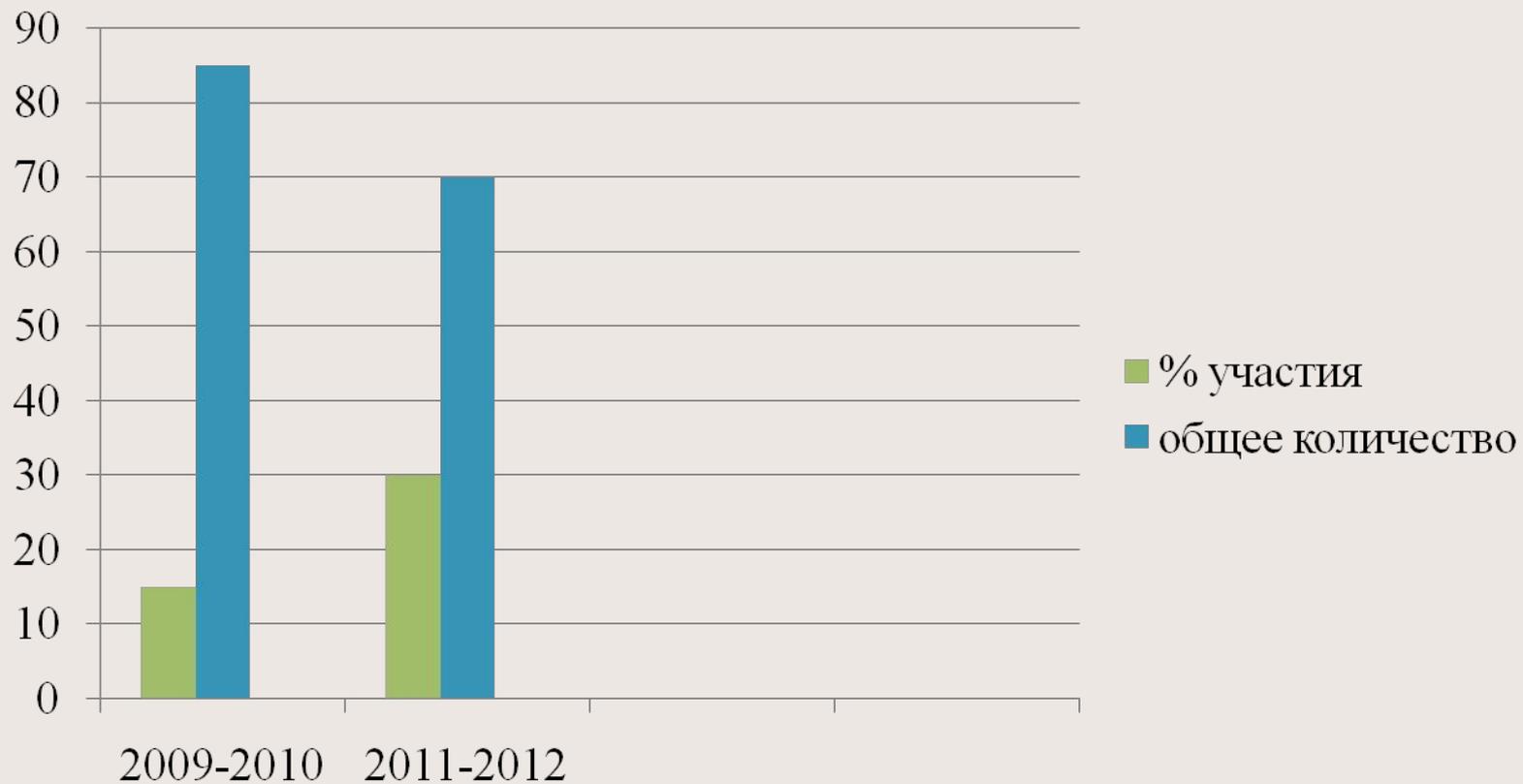
2009 - 2010 уч. год



# Результаты исследований ШКОЛЬНИКОВ



# Уровень познавательной активности учащихся



# Проблемы, решаемые учителем

1. Организация учебно-воспитательного процесса на принципах здоровьесбережения.
2. Формирование и укрепление здоровья детей и подростков, ценности «здорового и безопасного образа жизни».
3. Разрешение противоречий между достижением требуемого уровня образованности и сохранением здоровья подрастающего поколения.
4. Поиск продуктивных форм организации развивающей деятельности учащихся.
5. Проектирование собственной педагогической деятельности с конкретным контингентом учащихся.

# АКТУАЛЬНОСТЬ ОПЫТА

Актуальность опыта обусловлена:

- требованиями к результатам освоения программы основного общего образования – «формирование ценности здорового и безопасного образа жизни» (ФГОС от 17 декабря 2010 г. №1897);
- охрана и укрепление здоровья обучающихся – приоритетное направление развития нашей школы;
- поиском путей сохранения здоровья детей в связи с педагогической деятельностью учителя.

# ПЕРСПЕКТИВНОСТЬ ОПЫТА

Перспективность опыта определяется:

- Актуальностью здоровьесформирующего подхода в обучении;
- Актуальностью пропаганды здорового образа жизни и ценности здоровья человека;
- Необходимостью соблюдения принципа взаимодополнения здоровьесберегающей и образовательной деятельности.

# ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ОПЫТА

## Подходы к сохранению здоровья (Фролова С.В.)

- **Медицинский** : ориентация на сохранение здоровья за счет профилактических мероприятий
- **Психологический**: ориентация на выделение детей «группы риска» по отклоняющемуся поведению и помощь детям с психологическими проблемами
- **Образовательный**: ориентация на введение знания общественных техник и практик сохранения здорового образа жизни в содержание образовательного процесса
- **Физический**: физическое воспитание, ориентированное преимущественно не на прямую состязательность и спортивные достижения, а на физическую индивидуальность ребенка
- **Социальный**: ориентация на повышение социально-коммуникативной компетентности обучающихся в образовательном процессе.

# Классификация здоровьесберегающих технологий (Н.К. Смирнов):

- Медико-гигиенические технологии.
- Физкультурно-оздоровительные технологии.
- Экологические здоровьесберегающие технологии.
- Технологии обеспечения жизнедеятельности.
- Здоровьесберегающие образовательные технологии.

# Составляющие здоровьесберегающих технологий (В.Д.Сонькин)

- условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания)
- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями)
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим

# Ведущая педагогическая идея

Содействие развитию личности, осознающей и принимающей ценности человеческой жизни, осознанно выполняющей правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей среды.

# ТЕХНОЛОГИЯ ОПЫТА

## **Цели работы:**

- - Повышение ценности здоровья в шкале жизненных ценностей;
- Формирование более разумных форм коллективного и индивидуального поведения.

## **Задачи:**

- Сформировать мотивацию;
- Сформировать знания, умения, навыки по ведению здорового образа жизни;
- Создать здоровьесберегающую среду в образовательном учреждении и обеспечить социально-психологическую поддержку.

# Ожидаемые результаты

## *а) долгосрочные*

- устойчивое здоровьесберегающее поведение, итогом которого должно быть крепкое здоровье для реализации активной творческой жизни, приемлемого качества даже в старости.

## *б) краткосрочные*

- на данный момент результаты мониторинга по изучению системы жизненных ценностей учащихся 5-11 классов показали, что более 50% учащихся школы имеют позитивное отношение к ценности «здоровье»

# Физкультурно-оздоровительные мероприятия



# Мониторинг. Задачи мониторинга.

Выявить состояние физической подготовки и здоровья школьников

Рекомендации для индивидуальной работы по совершенствованию физической подготовки и здоровья школьников

Анализ результативности работы по физическому воспитанию, сохранению и укреплению здоровья учащихся

# Результаты опыта

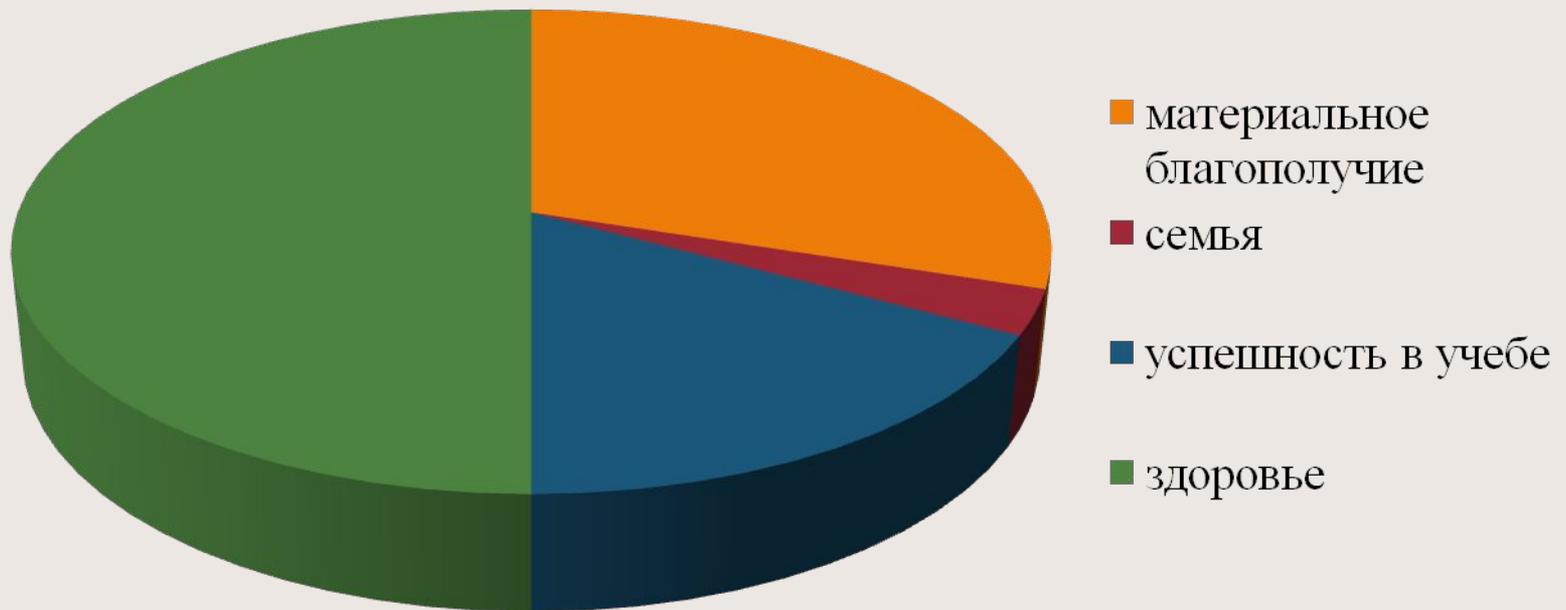
- Сформированность гигиенической культуры, наличие потребности в здоровом образе жизни.
- Улучшение соматических показателей здоровья и физической подготовленности.
- Повышение уровня учебно-познавательной активности школьников, участие с соревнованиях.

# Эффективность

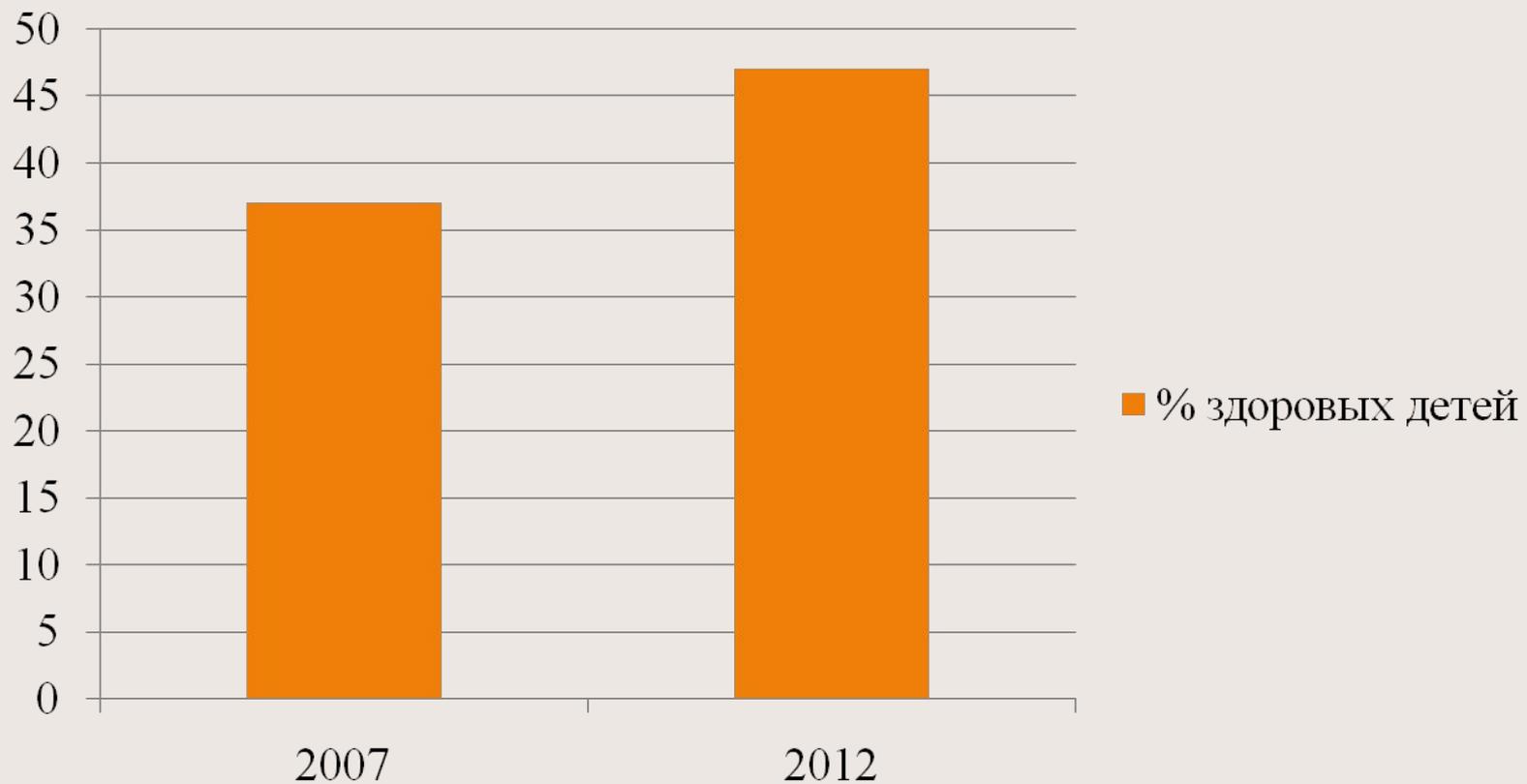
- В результате обучения у школьников формируются различные **компоненты отношения к здоровью:**
- - ценностно-смысловой компонент отношения к своему здоровью («Я хочу быть здоровым...»);
- - когнитивный компонент как система знаний о ЗОЖ («Я знаю...»);
- - эмоционально - волевой компонент как принятие осознанного решения быть здоровым («Я могу...»);
- - деятельностный компонент, проявляющийся в конкретных поступках, мнениях, навыках, обеспечивающих ЗОЖ («Я умею и действую...»).

# Здоровье среди категорий ценностей учащихся

2011-2012 учебный год

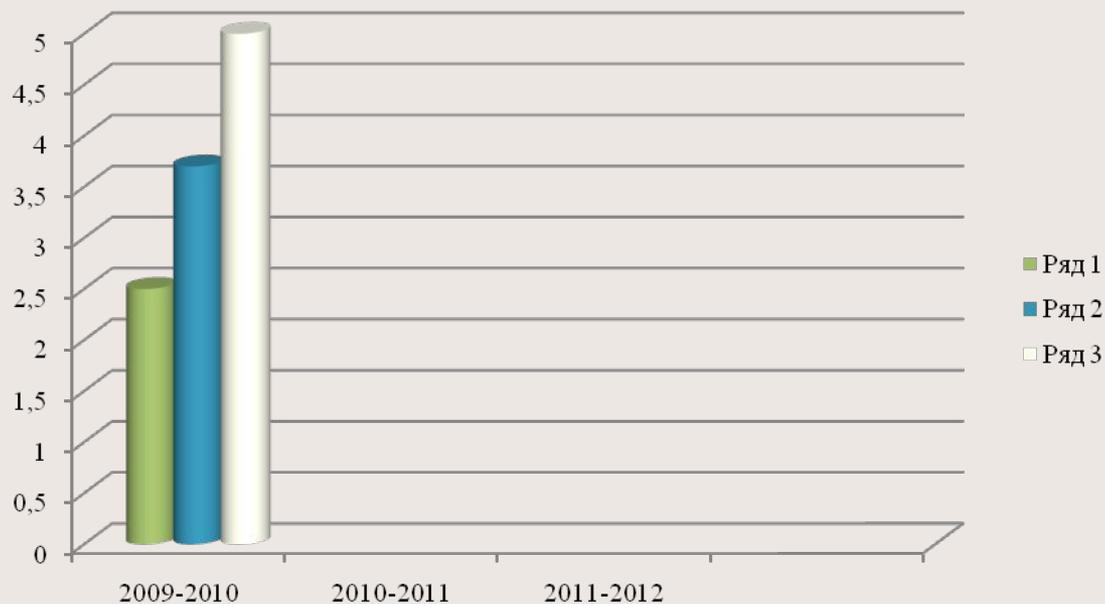


# Показатели здоровья детей



# РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

## Уровень учебно-познавательной активности

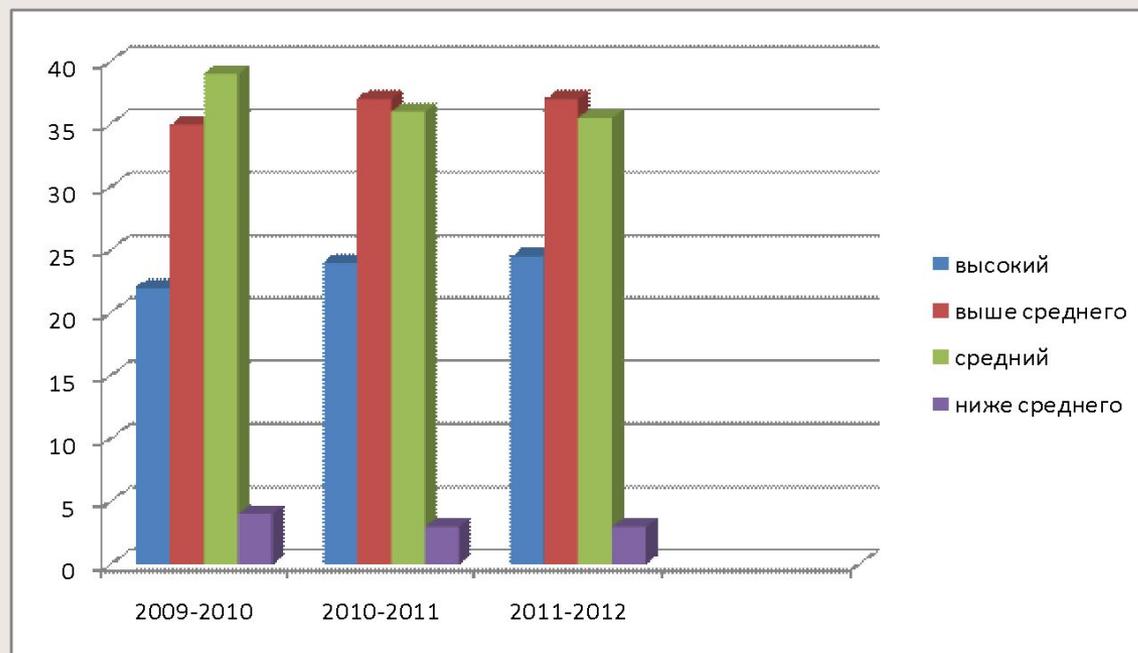


# Результативность

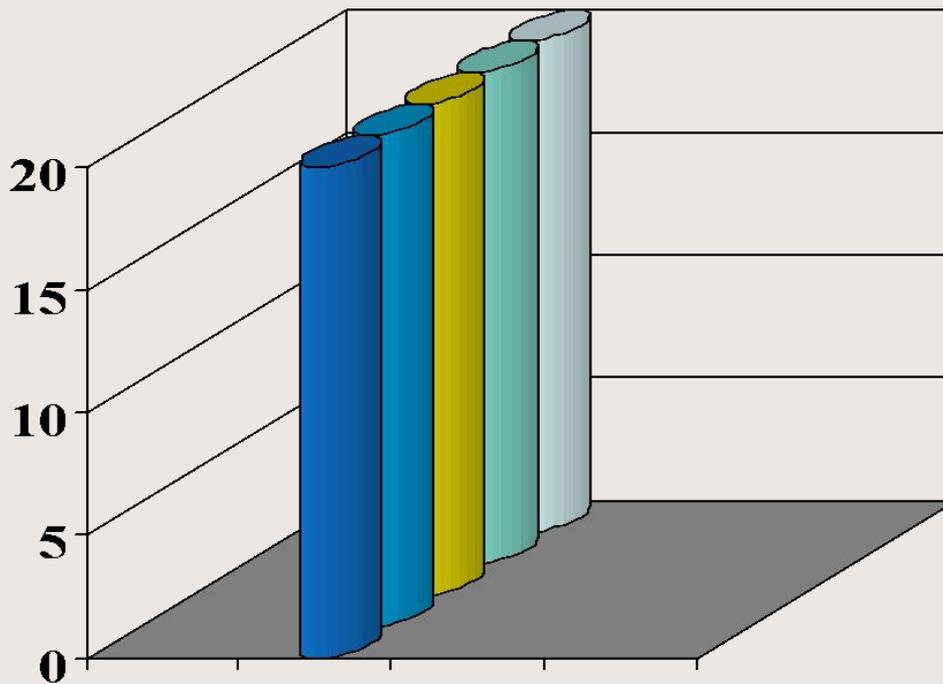
Вид соревнований	Дата проведения	Результат
Первенство района по баскетболу	02.03.2011	1 место
Районные соревнования по волейболу среди школьных команд	15.04.2011	2 место
Районные соревнования по баскетболу	05.03.2012	1 место среди девушек 2 место среди юношей
Районные соревнования по мини-футболу	08.10.2011	2 место
Районные соревнования по мини-футболу в первенстве ДЮСШ	11.11.2012	1 место

# РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОПЫТА

Уровень физической подготовки (динамика роста)



# ТРУДОЁМКОСТЬ



**Опыт учителя**

**Интерес учащихся**

**Материальная обеспеченность**

**Помощь родителей**