

**МЕТОДИЧЕСКОЕ  
ОБЪЕДИНЕНИЕ УЧИТЕЛЕЙ  
РАБОТАЮЩИХ ПО  
ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ПЛАНУ.**



# КАДРОВЫЙ СОСТАВ:

Руководитель МО- Осьмак И.В ( учитель ОБЖ и физической культуры: стаж работы 16 лет, I категория.)

Гребенникова Наталья Владимировна (учитель физической культуры: стаж работы 21, I категория.)

**ТЕМА**  
**САМООБРАЗОВАНИЯ:**  
**Здоровьесберегающие**  
**технологии на уроках**  
**физической культуры.**



**Цель:** выявить как учитель организует работу с учащимися в свете здоровьесберегающих технологий.

# ЗАДАЧИ:

- анализ, обобщение и распространение опыта использования здоровьесберегающих технологий на уроках физической культуры и во внеурочное время
- • создание комфортной образовательной среды на основе индивидуально-дифференцированного подхода к работе с учащимися;
- • создание условий для успешной социализации различных категорий учащихся с учетом состояния их физического и морально-психологического здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей

## Согласно стандартам ФГОС изучение учебного предмета « Физическая культура» должно обеспечить:

- Понимание и принятие ценности человеческой жизни, личной ответственности за собственную жизнь и здоровье.
- Результаты изучения предмета « Физическая культура» должны отражать:
- 1- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга ;
- 2- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

- 3- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- 4- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности ;

- 5- владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видах спорта; активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.



# Проявление ключевых компетенций в процессе образования в области физической культуры









***Педагогический процесс есть процесс развития ребенка, его оздоровления,*** где все взаимосвязано и не существует друг без друга. Протекают они в единстве времени и пространства. Так что нам, педагогам, надо всегда помнить, что, обучая, мы имеем дело не только с интеллектуальным развитием, но и со здоровьем растущего человека одновременно.

***Физическое здоровье*** включает в себя нормальное в соответствии с возрастом развитие физических данных человека, функциональное развитие физиологических органов.

***Физически*** в человеке должно быть все гармонично развито или находиться *в состоянии позитивного роста.*

Учебная работа проводится согласно тематическому планированию, в котором отражены все разделы базовой части школьной программы, а также умело используются часы вариативной части, исходя из условий наличия материальной базы и интересов учащихся. Рационально используются время урока, что способствует достижению высокой плотности урока, получению учащимися хорошей физической нагрузки. На уроках постоянно используются оптимально-разнообразные приемы, формы и методы обучения, что повышает интерес учащихся к уроку и занятиям физической культурой.

В работе применяются педагогические технологии: индивидуально-дифференцированный подход к обучению, здоровьесберегающие технологии, мониторинг и тестирование как способ контроля и проверки теоретических знаний и практических умений и навыков обучающихся. Проводится работа по профилактике правонарушений, вредных привычек по пропаганде здорового образа жизни.

Используется индивидуально-дифференцированный подход к учащимся, даются посильные задания ослабленным и освобожденным учащимся. На уроках одновременно решаются воспитательные, образовательные и оздоровительные задачи. Также приучаем учащихся к соблюдению правил по технике безопасности.

# УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ.





Учителями физической культуры разработаны и проведены следующие мероприятия:

1. « Волшебное колесо»
2. « Гайдаровские эстафеты»
3. «Богатырские забавы»
4. « А- ну- ка , мальчики!»
5. « А - ну- ка , девочки!»
6. « Папа, мама , я - спортивная семья!»
7. « День здоровья»

- Осьмак И.В.- является руководителем районного методического объединения учителей ОБЖ и физической культуры и экспертом районной аттестационной комиссии учителей , член судейской коллегии города.
- Гребенникова Н. В.- является экспертом районной аттестационной комиссии учителей и состоит в судейской коллегии города.