

Использование здоровьесберегающих технологий на уроках физической культуры

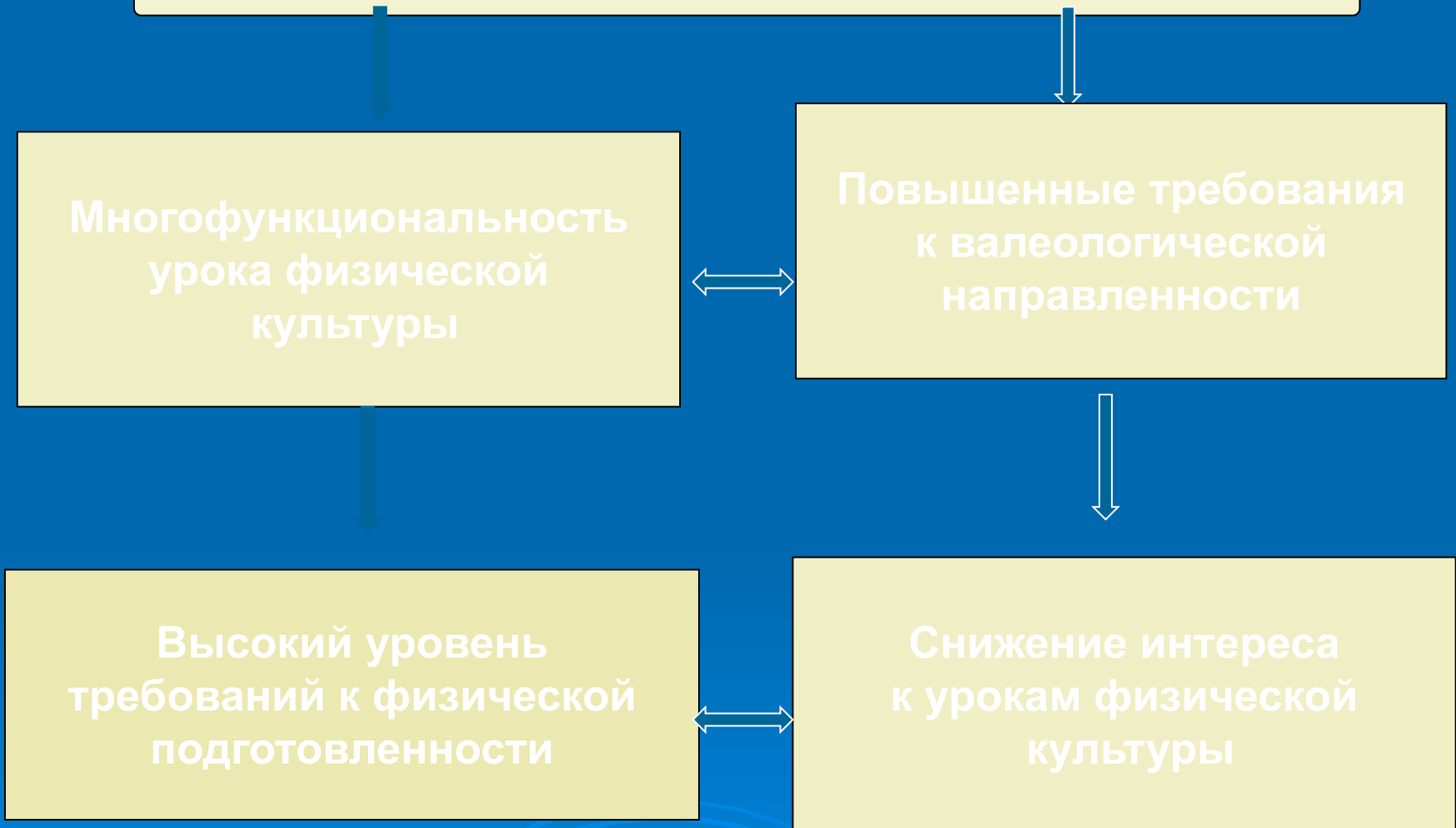


в МБУ школе № 5
учителем физической
культуры Кизимой
Надеждой Павловной

Актуальность темы

- **здоровье школьников относится к приоритетным направлениям в сфере образования;**
- **увеличение числа учеников, имеющих различные функциональные отклонения в состоянии здоровья;**
- **снижение двигательной активности школьников;**
- **физическая культура может компенсировать отрицательные явления.**

ПРОТИВОРЕЧИЯ



Организация учебного процесса без ущерба здоровью учащихся

ПРИНЦИПЫ ВАЛЕОЛОГИИ

Сохранение здоровья

Укрепление здоровья

Формирование здоровья

Причины нарушений здоровья

Причины

Малоподвижный образ жизни.

Неправильная привычка. Незнание средств, форм.

Недостаточная освещенность.

Перегрузка учебными занятиями



Проблемы

Заболевание опорно-двигательного аппарата.

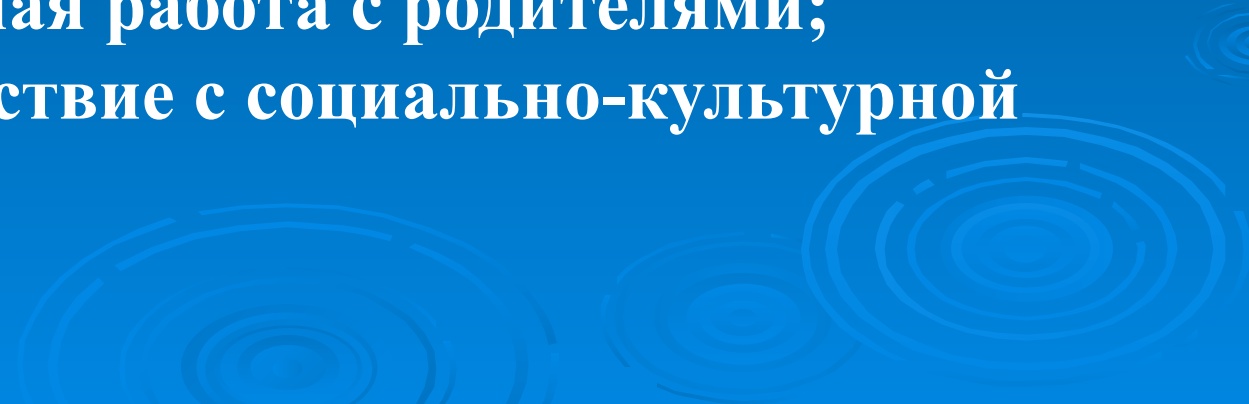
Нарушения осанки, плоскостопие.

Снижение зрения.

Нервно-психические расстройства.

УСПЕХ РАБОТЫ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ



- активное участие в процессе самих учащихся;
 - создание здоровьесберегающей среды в школе;
 - компетентность и грамотность педагогов;
 - планомерная работа с родителями;
 - взаимодействие с социально-культурной сферой.
- 

Условия реализации здоровьесберегающего пространства

- Гигиенический режим
- Использование
оздоровительных сил
природы
- Двигательный режим

Условия здоровьесбережения



Двигательный режим

Урок физической культуры

Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня

Внеклассная работа

Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия

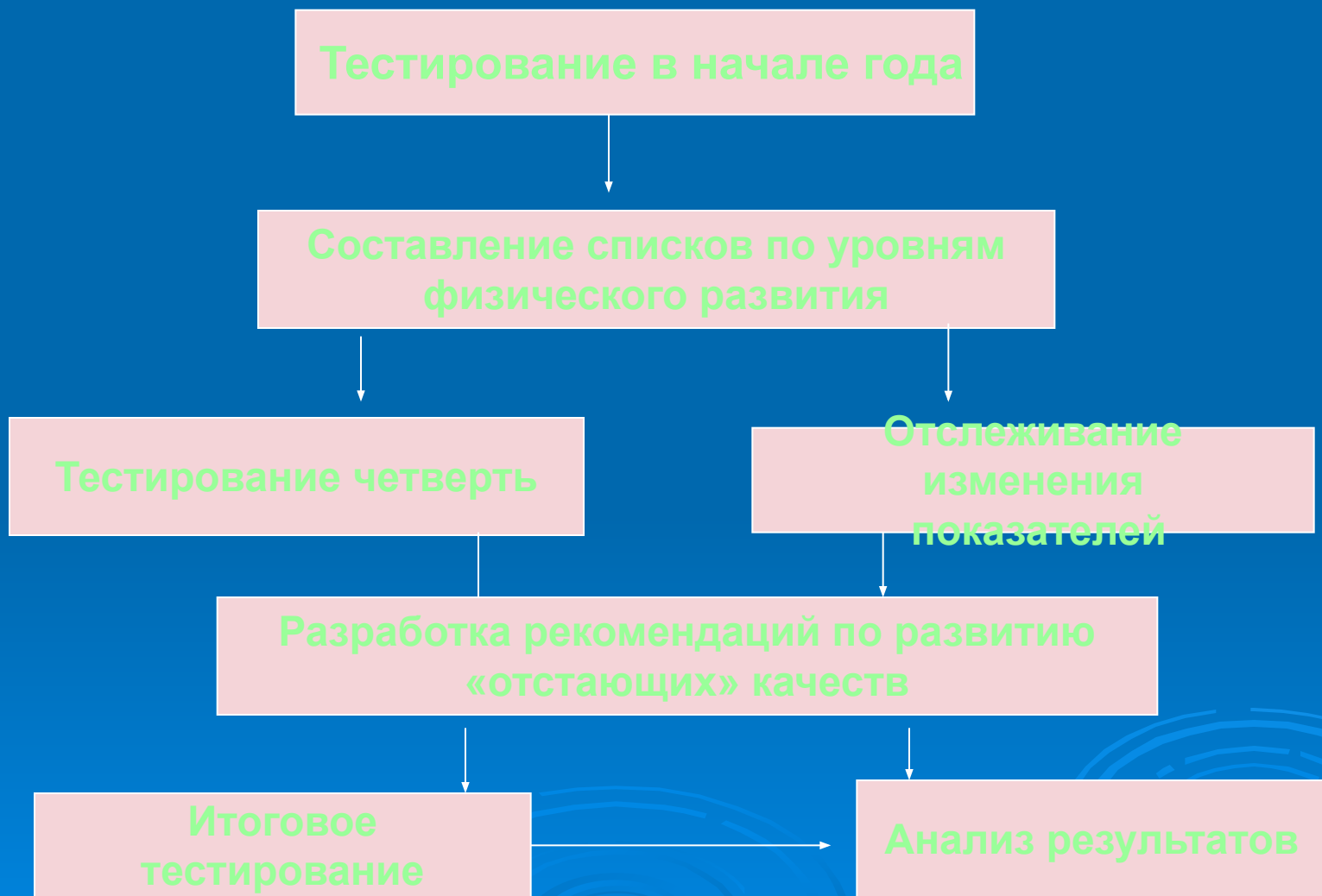
Приемы мотивации к урокам физической культуры и внеклассным формам работы

- ▣ **валеологическое просвещение учащихся и их родителей;**
- ▣ **проведение нетрадиционных уроков;**
- ▣ **применение современных средств физического воспитания;**
- ▣ **комбинирование методов физического воспитания.**

Задачи мониторинга:

1. Выявить состояние физической подготовленности и здоровья школьников
2. Разработать рекомендации для индивидуальной работы по совершенствованию физической подготовленности учащихся.
3. Проанализировать результативность работы по физическому воспитанию, сохранению здоровья учащихся в школе.

Мониторинг состояния физической подготовленности учащихся



Результативность

1. Рост физической подготовленности.
2. Мотивация к соблюдению здорового образа жизни.
3. Повышение успеваемости по предмету.
4. Повышение динамики состояния здоровья учащихся

Здоровьесберегающие
технологии, должны,
несомненно, использоваться
в процессе оздоровления
ШКОЛЬНИКОВ.



Список использованной литературы

Список использованной литературы:

1. Виноградов П.А., Душанин А.П. Основы физической культуры и здорового образа жизни. Москва, 1996 год.
2. Виноградов П.А., Физическая культура и здоровый образ жизни. Москва, 1990 год.
3. Ю.А. Янсон: Физическая культура в школе, книга для педагога, 2009 год.
4. Е.М. Лапицкая. Физкультура для детей. Москва, 2009 год.