

«Формирование культуры здоровья обучающихся»

*Подготовила Писклова Любовь
Герасимовна,
учитель физической культуры первой
квалификационной категории МБОУ
СОШ №6*

- **Всю свою педагогическую деятельность я работаю над формированием культуры здоровья обучающихся и направляю на их оздоровление. Ведь правильное отношение к своему здоровью поможет подрастающему поколению выработать правильный подход не только к физическому, психологическому, но и к нравственному и социальному здоровью. Опыт показывает, что высокий уровень физической подготовленности детей в дошкольный период при условии качественной работы по физическому воспитанию и в школе обеспечивает улучшение всех показателей развития основных движений и поддержки хорошей работоспособности у детей начальных классов школы.**

Актуальность

- Актуальность проблемы приемственности заключается в том , что школа должна опираться на уже имеющийся двигательный опыт дошкольников. Приемственность должна строиться:
- -на единых возрастных и психологических особенностях детей 5-8 лет.
- Цель и у дошкольных учреждений и у школ должна быть единой , а именно ; формирование ценности здоровья и здорового образа
- жизни.



- **Комплекс традиционных физкультурно-оздоровительных мероприятий, реализуемых в рамках сотрудничества:**

1. Малые олимпийские игры «Мяч здоровья»;
2. Семейный праздник «Неразлучные друзья взрослые и дети».

3. Спортивный праздник «Первоклассники и дошколята – спортивные ребята».

Малые олимпийские игры «Мяч здоровья»



Семейный праздник «Неразлучные друзья взрослые и дети».



«Первоклассники и дошколята – спортивные ребята»



- Главной отличительной особенностью урока «Физическая культура» является приоритет здоровья.
- Принципы уроков. «Не навреди, а помоги». Соблюдение техники безопасности, правил игр и соревнований, развитие и совершенствование физических и психических качеств.
-
- Цель :создание здоровьесберегающего образовательного пространства, где используются *педагогические* технологии, которые не наносят ущерба здоровью ребёнка, способствуют формированию потребности в здоровом образе жизни, развивают навыки культуры здоровья.
- Задачи, которые помогут сохранить и улучшить здоровье обучающихся. Поддержание в коллективе благоприятного психологического микроклимата.
- Организация оптимального двигательного режима, с использованием комплексов профилактических и оздоровительных упражнений.
- Формирование здорового образа жизни как стиля поведения, стиля жизни, развитие навыков гигиенической культуры, иммунитета к вредным привычкам.
-

- 
- **Прыжки и кроссы, игры и метание**
 - **Подтягивание и отжимания.**

Формирование культуры здоровья школьника через тесное взаимодействие с семьёй.





Игровые технологии обучения на современном этапе являются самыми актуальными и востребованными. Конкурсы, эстафеты, игры, помогают не только проверить знания детей, но и способствуют приобретению новых, а так же стимулируют к саморазвитию и самопознанию.





Направление внеурочной деятельности.

Спортивно- оздоровительное «Остров здоровья Ритмики»



Лагерь «Солнечный» и его законы.

1 закон «Здоровый образ жизни»

2 закон «Береги своё здоровье»



- По результатам проведенного мониторинга уровня физической подготовленности учащихся 4 классов за 3 учебных года видно, что уровень физической подготовленности значительно увеличивается. В 2016 году показатели низкого уровня соответствовали 11%, в 2018 году этот показатель соответствует 6 %, это показывает уменьшение низкого уровня ф.п. Показатели среднего уровня в 2016 году соответствовали 84% в 2018 году. Данный уровень снизился за счет увеличения высокого уровня ф.п. Если в 2016 году показатель высокого уровня соответствовал 5%, то в 2018 году этот показатель стал 7%.

Выводы: В младших классах необходимо проводить уроки в игровой форме, для лучшего усвоения материала и достижения желаемых результатов. Задача учителя на игровых уроках заключается в варьировании нагрузки и индивидуальном подходе к каждому ребенку, так как в этом возрасте физические упражнения важно подбирать так, чтобы они активно содействовали укреплению здоровья и гармоничному физическому развитию, формировали необходимые двигательные качества, были направлены одновременно на обучение двигательным действиям, способствовали формированию правильной осанки и становлению школы движений.

