

Аттестационная работа

Слушателя курсов повышения квалификации по программе:
«Проектная и исследовательская деятельность как способ
формирования метапредметных результатов обучения в
условиях реализации ФГОС»

Московкина Надежда Владимировна

Фамилия, имя, отчество

МБОУ «СОШ №3» г.Абдулино Оренбургская область

Образовательное учреждение, район

На тему:

«ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ
ПРЕПОДАВАНИЯ ПРЕДМЕТА
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» И ВО
ВНЕУРОЧНОЕ ВРЕМЯ»

Актуальность

- для современных подростков характерен относительно низкий уровень культуры здоровья, культуры поведения в сфере здоровья;
- отсутствие сформированных навыков ведения здорового образа жизни;
- в последние годы существенно изменилось функционирование отечественной системы здравоохранения (медицина стала преимущественно платной).

Новизна

Определение влияния на формирование основ здорового образа жизни посредством воспитания потребностей и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, что будет способствовать сохранению и укреплению здоровья учащихся

Цель исследования:

изучение влияния занятий физическими упражнениями, как определяющего компонента формирования здорового образа жизни, на состояние здоровья учащихся общеобразовательной школы.

Объект исследования
Учащиеся 5-7х классов

Задача исследования

- Определить роль основных компонентов здорового образа жизни в формировании стиля жизни современных школьников среднего возраста.
- Установить уровень влияния занятий физическими упражнениями на сохранение здоровья и формирование основ здорового образа жизни современных школьников.

Гипотеза

- Определение влияния на формирование основ здорового образа жизни посредством воспитания потребностей и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, что будет способствовать сохранению и укреплению здоровья учащихся

Программа проведения эксперимента

- Изучить состояние вопроса по литературным источникам.
- Определить роль основных компонентов здорового образа жизни в формировании стиля жизни современных школьников среднего возраста.
- Установить уровень влияния занятий физическими упражнениями на сохранение здоровья и формирование основ здорового образа жизни современных школьников.

Здоровый образ жизни

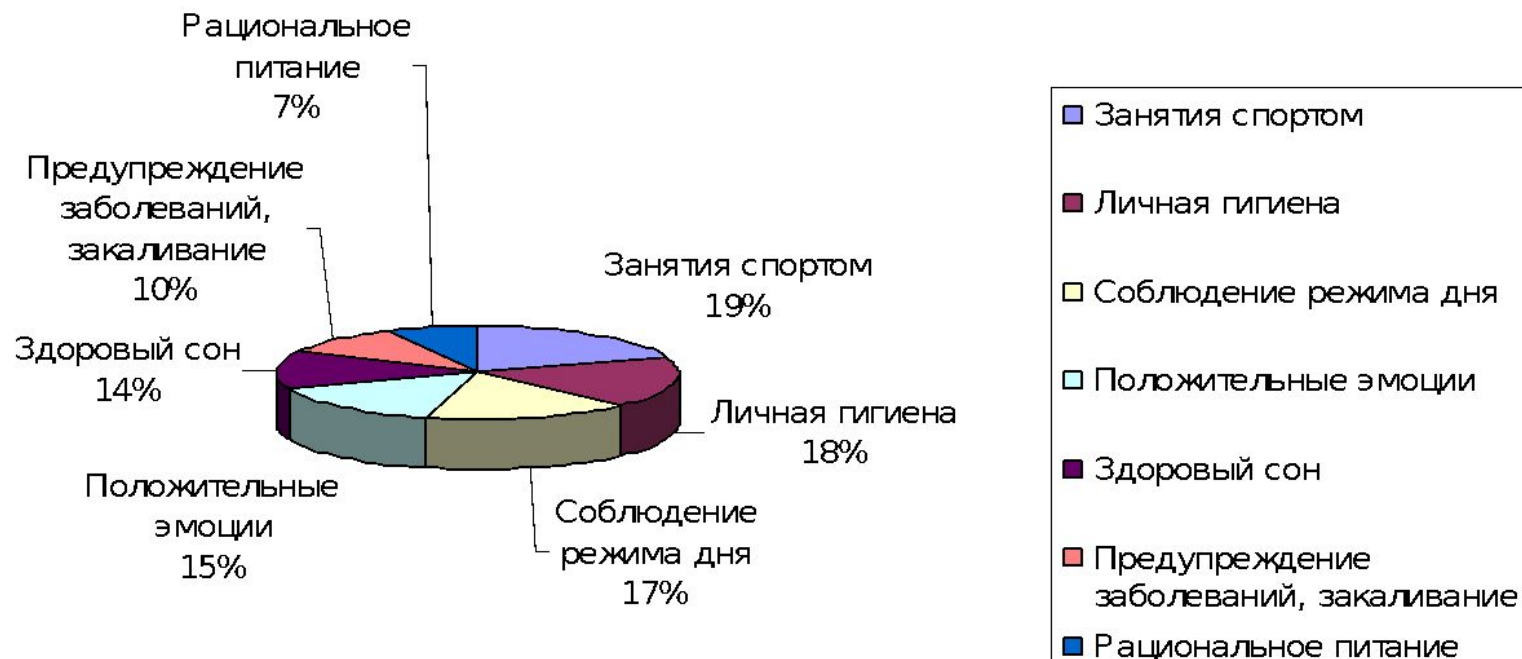
```
graph TD; A[Здоровый образ жизни] --- B[Знания о здоровье.]; A --- C[Физические упражнения]; A --- D[Двигательная активность];
```

Знания о здоровье.

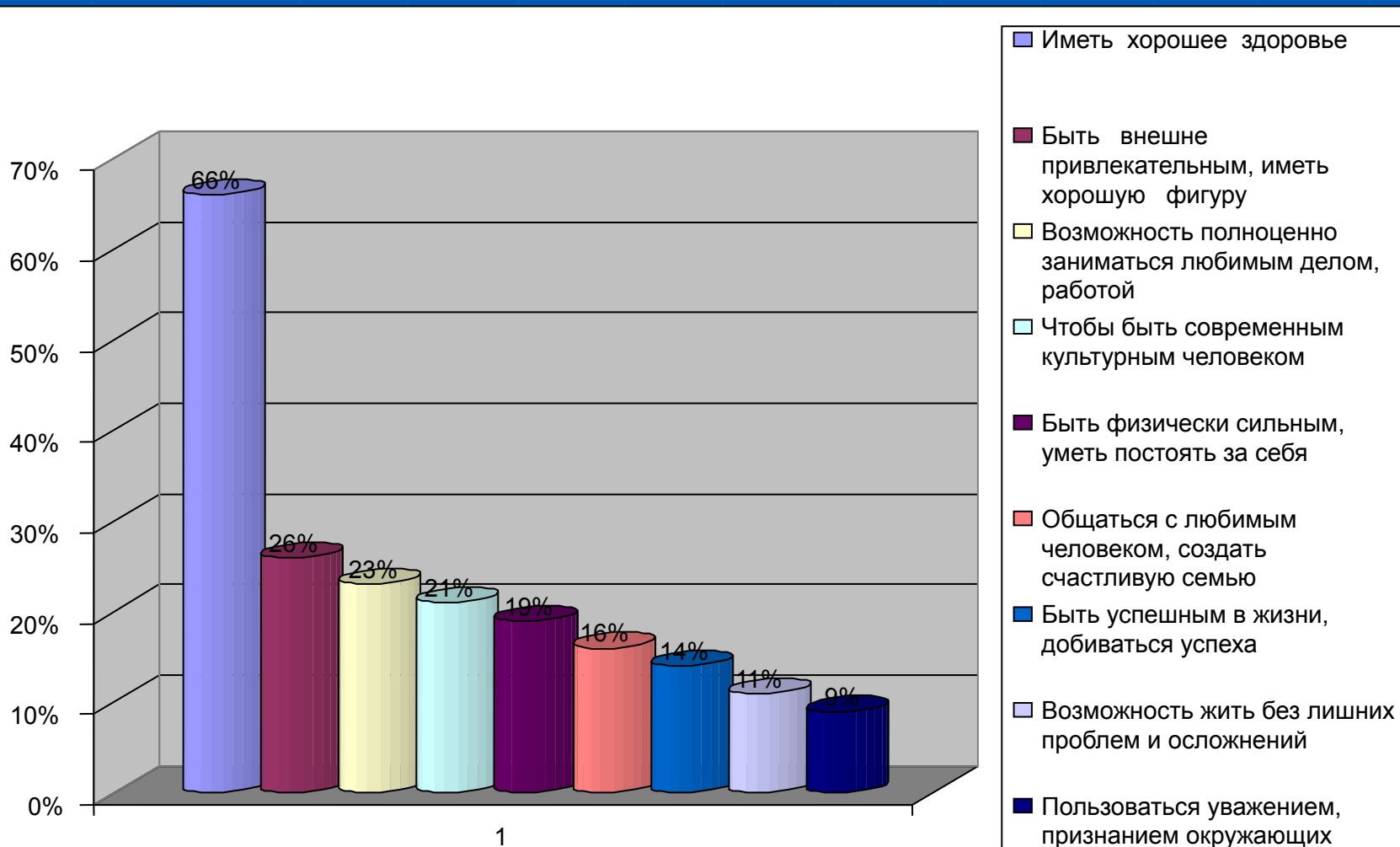
**Физические
упражнения**

**Двигательная
активность**

Представления о здоровом образе жизни (опрос 42-х учащихся)



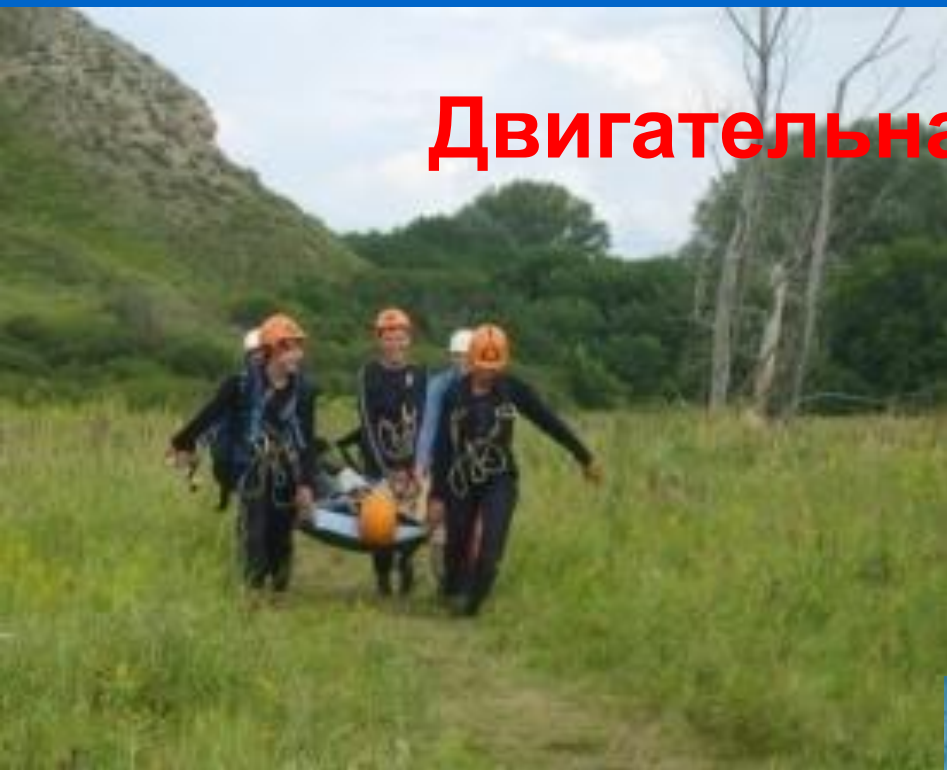
Мотивация здорового образа жизни



Физические упражнения.



Двигательная активность



Результаты исследования

- Создание целостной системы охраны, укрепления и формирования здоровья учащихся, обеспечение обучающимся возможности получения образования без потери здоровья.
- Создание учебных и воспитательных программ формирования здорового образа жизни.
- Внедрение в учебно-воспитательный процесс современных здоровьесберегающих технологий.

- Подготовка и повышение квалификации педагогических кадров в сфере укрепления здоровья и формирования здорового образа жизни.
- Использование технологий мониторинга состояния здоровья детей.
- Использование технологий мониторинга образовательной среды, экспертизы образовательных программ и технологий.