

Спорт-альтернатива

пагубным

привычкам

Тройченко Марина Анатольевна
учитель физической культуры высшей категории
МБОУ «Лицей № 26» г. Шахты Ростовской области



«Спасём жизнь вместе»

Физическое образование в «Новой школе 21 века» без преград и границ!

Здоровое поколение – великое благосостояние нации!

« В здоровом теле - здоровый дух! »

О, Спорт -Ты мир!!!

- Только в массовом развитии физической культуры и спорта я вижу один из лучших вариантов в битве за **здоровье человека, его творческую активность и долголетие!!!**

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



Здоровый образ жизни – это индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.



ЗДОРОВЬЕ – это бесценный дар, который дан человеку самой природой.



ЗДОРОВЬЕ – это не просто отсутствие болезней, это состояние физического, психического и социального благополучия.

СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЯ



Духовное (здоровье разу

Физическое (здоровье тела)

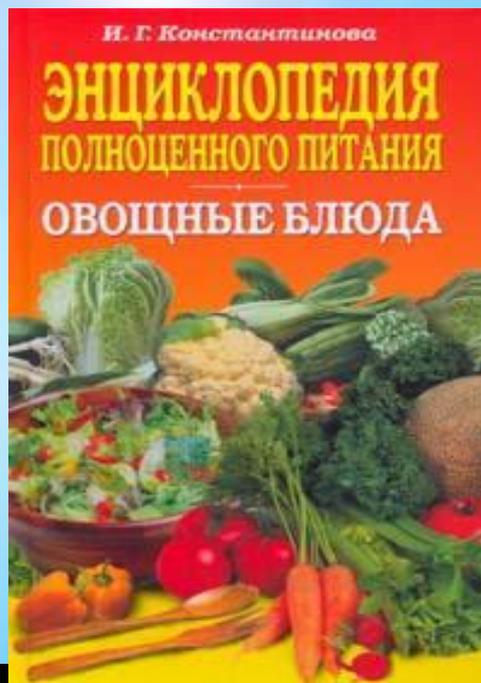


**Социальное (условия жизни, работы,
отдыха, питания)**

СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

- отказ от вредных привычек;
- правильное питание;
- соблюдение режима дня;
- двигательная активность (зарядка, подвижные игры, больше ходить пешком спорт);
- закаливание организма;
- личная гигиена;
- положительные эмоции.

Рациональное питание



Двигательная активность



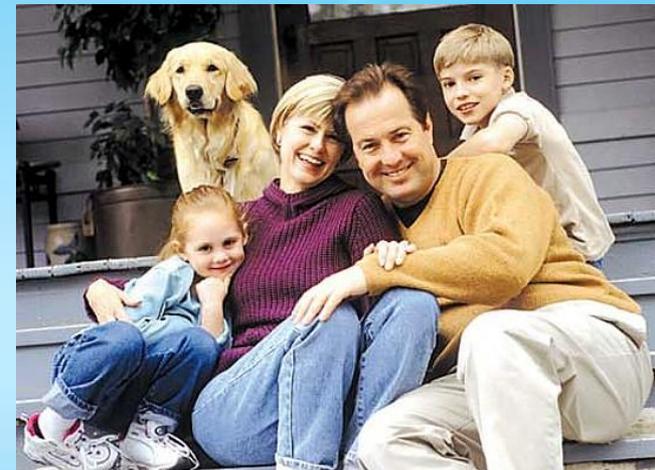
Закаливание организма



Личная гигиена



Положительные эмоции



Закон “Об образовании”
(ст.18) возлагает всю
ответственность за воспитание
детей на семью, а все остальные
социальные институты (в том
числе образовательные
учреждения) призваны
содействовать и дополнять
семейную воспитательную
деятельность.

Уроки физической культуры является основой для формирования физкультурного образования!

Физкультурное образование - основа для получения качественного образования в целом.

Цель физкультурного образования состоит в том, что бы из стен лицея выходили здоровые, сильные, выносливые, с красивой осанкой молодые люди, у которых сформирована потребность в здоровом образе жизни.

В здоровом теле- здоровый дух!

Уроки физической культуры

- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. №273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- В соответствии с законом (ФГОС) все обучающиеся должны быть аттестованы по предмету «физическая культура».
- В аттестаты об основном общем образовании и среднем общем образовании для всех обучающихся обязательно выставляется оценка по предмету «физическая культура».

В лицее на уроках физической культуры не существует полного освобождения учащихся от уроков физической культуры.

Справка, выданная медицинским учреждением, свидетельствует об освобождении учащихся **от физической нагрузки, а не от урока.**

Следовательно, обучающиеся , (временно освобожденные) от физической нагрузки осваивают общеобразовательную программу непосредственно на уроках физической культуры. Все учащиеся, без исключения, подлежат оцениванию по предмету «Физическая культура».

Итоговая отметка по физической культуре выставляется с учетом **теоретических и практических** знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и прилежания.

Уроки физической культуры посещают все обучающиеся, имея спортивную форму в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока, согласно требованиям техники безопасности и охраны труда.

Спортивная форма в лицее № 26

белая футболка,

тёмного цвета спортивные брюки
или шорты,

спортивная обувь
(кеды или кроссовки для занятий ФК).



Современные педагогические технологии

«Педагогическая технология- это модель, продуманной во всех деталях педагогической деятельности, по проектированию, организации и проведению учебного процесса с обеспечением комфортных условий для учащихся и учителя».

Академик В.М.Монахов



Здоровье сберегающие технологии



Личностно –⁴ ориентированная



Игровая технология



Информационно-коммуникационные

Использование ИКТ на уроках физической культуры

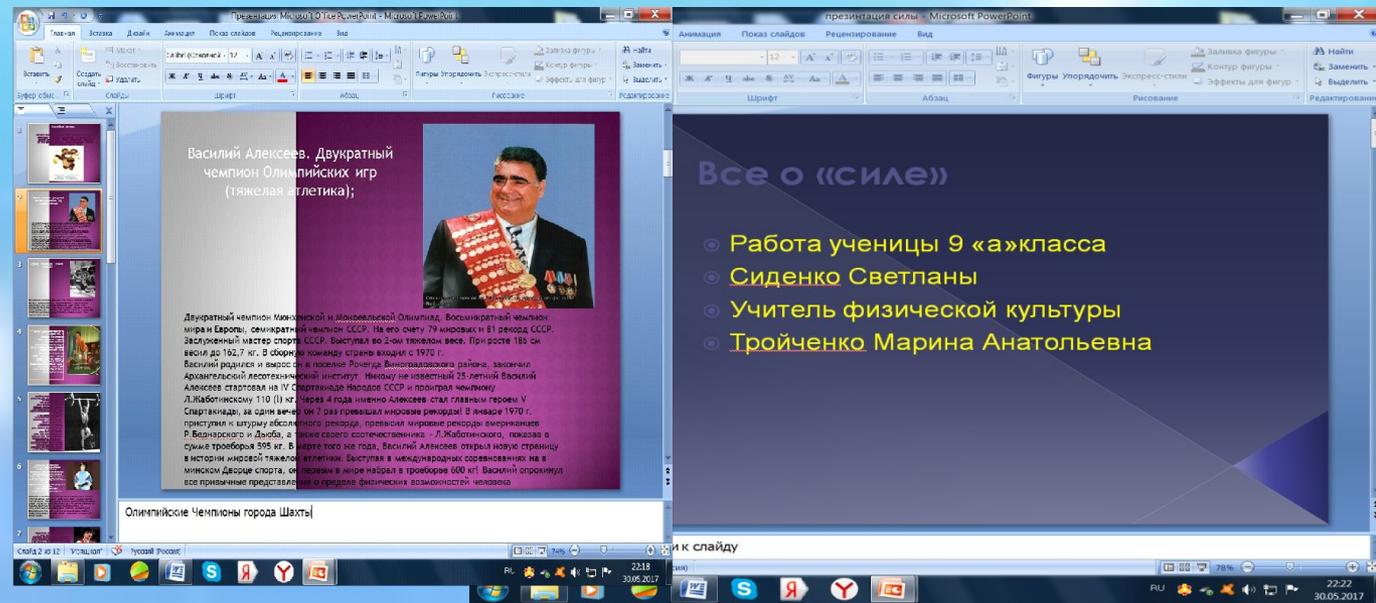
ИКТ на уроках ФК?!!!

Использование информационно-компьютерных технологий диктует современные требования преподавания предмета. Когда слышишь фразу “компьютер на уроке физкультуры”, то сразу возникает недоумение и вопрос: разве это совместимо?! Ведь физкультура – прежде всего движение.

А как же учиться учащимся с ограниченными возможностями в здоровье? Вот и пришли на помощь в современном мире, информационно-коммуникационные технологий даже на уроке физкультуры.

ПРЕЗЕНТАЦИИ
ВИДЕОРОЛИКИ
СООБЩЕНИЯ
ТЕСТЫ

Участие в интернет олимпиадах и Дистанционных конкурсах



Условия для социализации учащихся

«Учитель работает над самой ответственной задачей – он формирует человека».



агитбригада



Папа, мама, я – спортивная семья!



М. Калинин

Фестиваль спорта



Смотр строя и песни



Значимые социальные проекты

Агитбригада как форма воспитания социально активной личности

Городской конкурс агитбригад
«Мы за здоровый образ жизни»

«Город Шахты – территория здоровья»

Городской фестиваль
«Здоровое поколение -Здоровое будущее»

Городской фестиваль
«Здоровая нация –путь у Олимпийским
вершинам!»

Городской конкурс агитбригад
«Займись спортом! Стань первым!»



Формы внеурочной деятельности

Соревнования

Спортивные секции

Олимпиады

ВФСК ГТО

Конкурсы

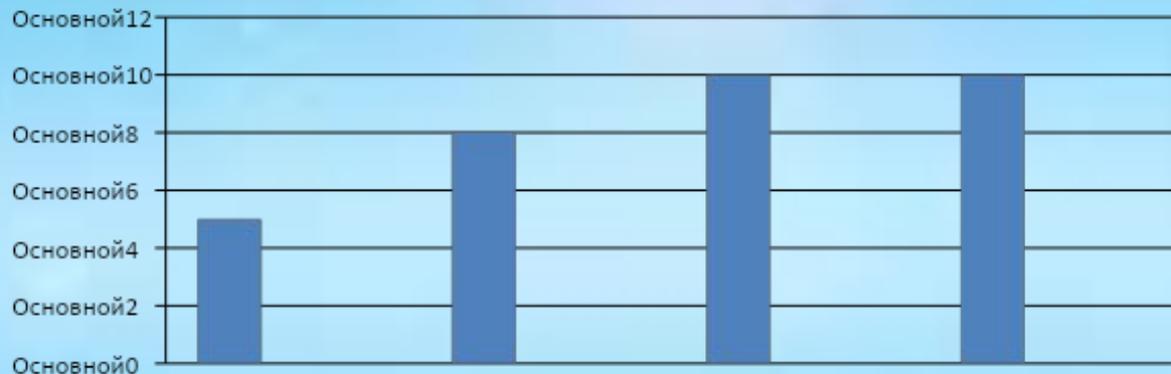
**Наши
достижения**

«Вся гордость учителя в учениках, в росте посеянных им семян».

Д. Менделеев

Динамика учащихся во внеурочной деятельности

Динамика участия учащихся во внеурочной деятельности



Учащиеся лицея систематически активно принимают участие в олимпиадах, спортивных мероприятиях и спортивных соревнованиях лицейского, муниципального, областного и международного уровня.

2015-2016 год

2016-2017 год

2017-2018 год

2018-2019 год



Ежегодная осенняя спартакиада в лицее №26



Профилактика ЗОЖ

Фестиваль
«Займись спортом, стань
первым»



Встречи с волонтерами



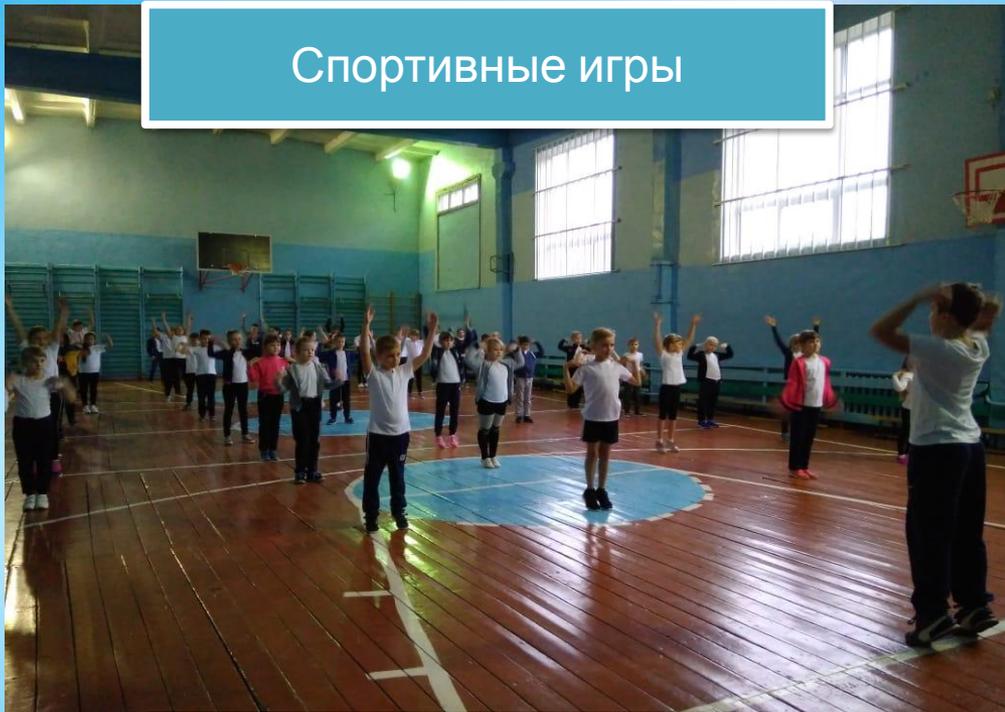
Акция «Здоровье
каждому»



Агитбригада «Мы выбираем
ЗОЖ»



Спортивные игры



Городские соревнования по волейболу



Шоу-программа «Здоровое питание – основа процветания»



Соревнования «А ну-ка, мальчики!»



Сдача норм ГТО





Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»

56 учащихся лицея № 26 приняли участие в сдаче ВФС комплекса ГТО!
Из них 44 получили знак отличия.

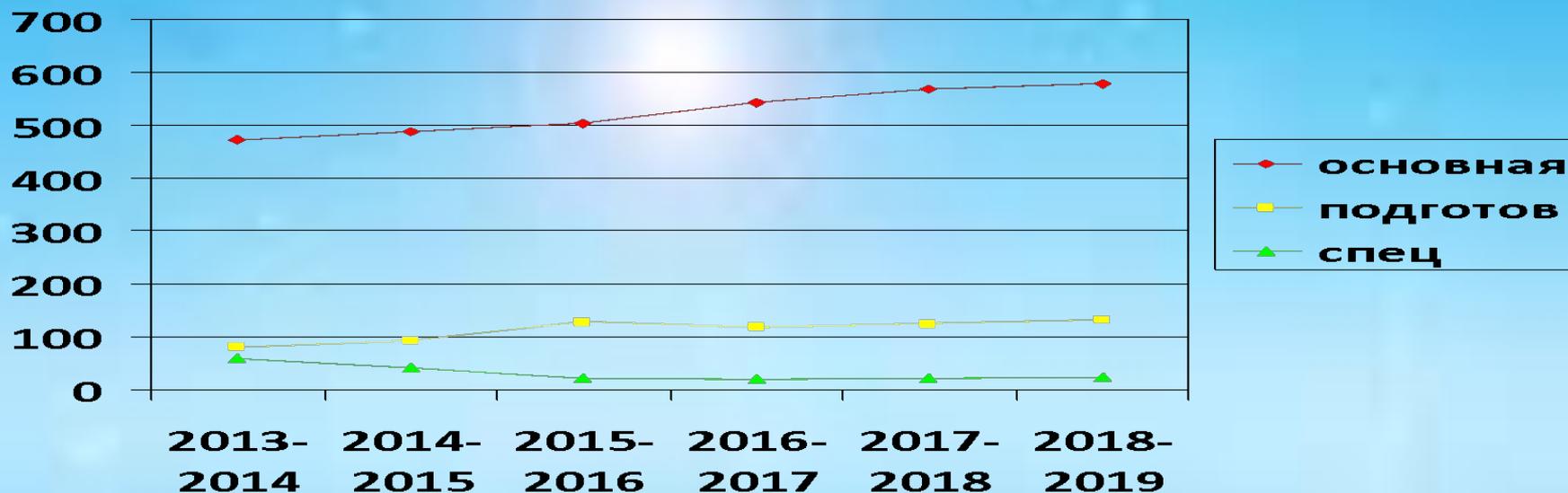
10 – «золото»

28 – «серебро»

6 – «бронза»

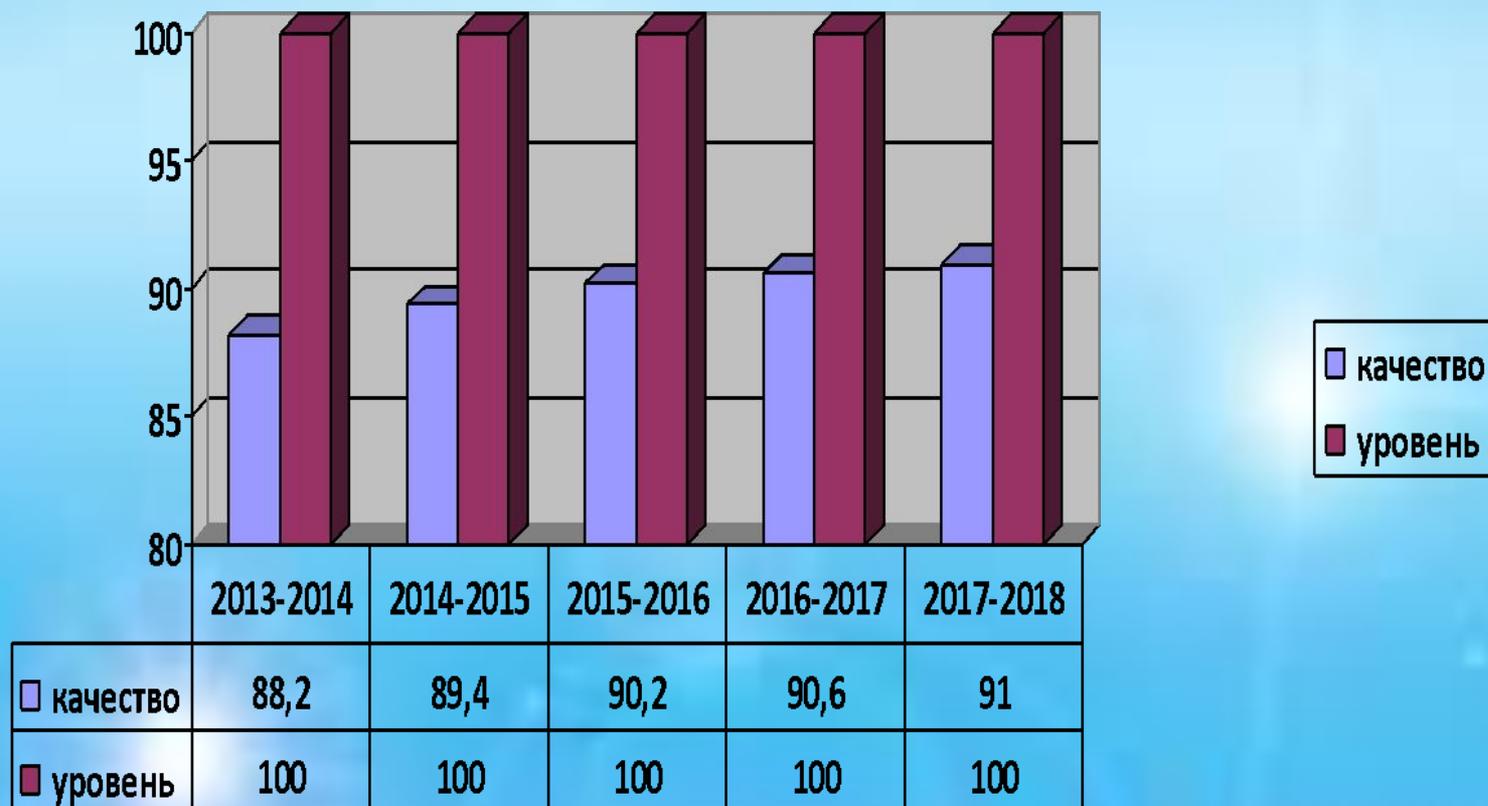


Мониторинг группы здоровья учащихся



Год	Всего учащихся	Основная группа здоровья	Подготовительная группа здоровья	Специальная группа здоровья
2013-2014	612	459	88	65
2014-2015	621	480	99	42
2015-2016	654	498	128	28
2016-2017	680	520	133	27
2017-2018	710	548	137	25
2018-2019	713	556	133	24

Мониторинг качества и уровень освоения образовательной программы по предмету «физическая культура».



ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА!!!

- *Физическая культура* (ФК) - это не физ-ра, а умственное, духовное, нравственное, моральное и физическое начало развития человека!!!

**Физические упражнения
могут заменить множество
лекарств,
но ни одно лекарство в
мире
не может заменить
физические упражнения.**

Спорт – альтернатива пагубным привычкам!!!

Доброго вам здоровья!

Занимайтесь физической культурой и спортом!

ВСЕ ЗА ЗОЖ

