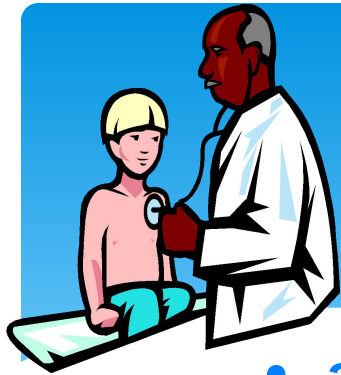


# Использование здоровьесберегающих технологий на уроках физической культуры



**Здоровьесберегающие образовательные технологии — это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогические приемы, методы, технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью учащихся**



# 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



**Многофункциональность  
урока физической  
культуры**

**Повышенные требования  
к валеологической  
направленности**



**Высокий уровень  
требований к физической  
подготовленности**

**Снижение интереса  
к урокам физической  
культуры**



# Организация учебного процесса без ущерба здоровью учащихся

## ПРИНЦИПЫ ВАЛЕОЛОГИИ

```
graph TD; A[ПРИНЦИПЫ ВАЛЕОЛОГИИ] --> B[Сохранение здоровья]; A --> C[Укрепление здоровья]; A --> D[Формирование здоровья];
```

**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:**

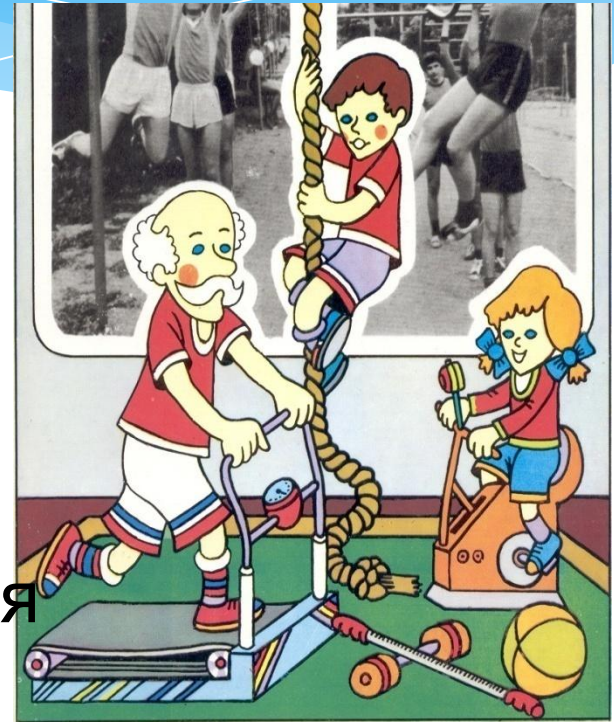
- 1. Выявить состояние физической подготовленности и здоровья школьников**
- 2. Разработать рекомендации для индивидуальной работы по совершенствованию физической подготовленности учащихся.**
- 3. Проанализировать результативность работы по физическому воспитанию, сохранению здоровья учащихся в школе.**

# Мониторинг состояния физической подготовленности учащихся



# Результативность

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



**Здоровьесберегающие  
технологии, должны,  
несомненно,  
использоваться в процессе  
оздоровления школьников.**

# Список использованной литературы и Интернет-ресурсов

## Список использованной литературы и Интернет-ресурсов

1. Виноградов П.А., Душанин А.П. Основы физической культуры и здорового образа жизни. Москва, 1996.
2. Виноградов П.А., Физическая культура и здоровый образ жизни. Москва, 1990.
3. Ю.А. Янсон: Физическая культура в школе, книга для педагога, 2009 г.
4. <http://spo.1september.ru/>
5. <http://www.it-n.ru/>



**Спасибо за внимание!**