

# **Использование здоровьесберегающих технологий на уроках физической культуры**

Подготовили:  
Щирый М.М.  
Зиновкин Ю.И.

## **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

# 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]; B --> C;
```

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





# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СИЛ ПРИРОДЫ



# ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



Урок физической  
культуры

Физкультурно-  
оздоровительные  
мероприятия в режиме  
учебного и продленного  
дня

Внеклассная  
работа

Физкультурно-  
массовые и  
спортивные  
мероприятия

# Задачи мониторинга:

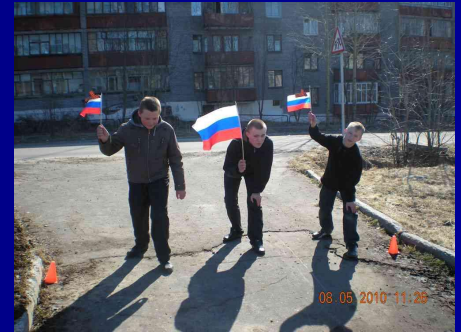
1. Выявить состояние физической подготовленности и здоровья школьников
2. Разработать рекомендации для индивидуальной работы по совершенствованию физической подготовленности учащихся.
3. Проанализировать результативность работы по физическому воспитанию, сохранению здоровья учащихся в школе.

# 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.



**Будьте здоровы!**

Спасибо за внимание!