

# В здоровом теле...

*Тема :*

## Спорт-альтернатива пагубным привычкам.

Автор:

Шемет Анна Викторовна,  
учителя физкультуры МБОУСОШ №2



**«Здоровье — это ещё не**

- **всё, но всё без**

**здоровья —**

- **ЭТО НИЧТО»**

- **Сократ**



# *Ведущая идея опыта:*

- Создание условий для формирования устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом.



Систематическое занятие спортом,  
способствует добиваться успехов в различных  
соревнованиях.



# Методические задачи:

- Образовательная:

способствовать формированию системы знаний о влиянии движения на развитие организма подростка.

- Развивающая:

способствовать физическому развитию учащихся.

- Воспитательная:

воспитание интереса к спорту, ЗОЖ.





# ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Семья

Школа

привитие  
основ ЗОЖ

Уроки по  
физической  
культуре

воспита  
тельная  
работа

дополнитель  
ное  
образование



# Особое значение это

доверительные отношения с ребятами, формирование убеждения в том, что физическая культура – ключ к преодолению многих сложностей, которые возникают в жизни каждого человека.



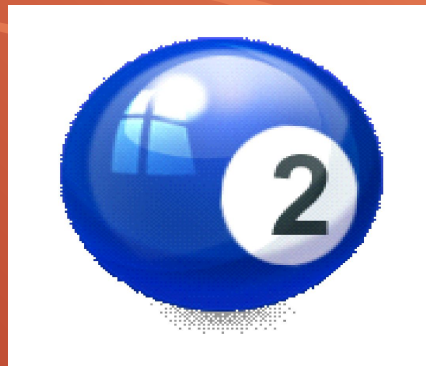




- К первой ступени образования, относятся подвижные игры. Ребятам предлагаются упражнения различной степени сложности, предоставляется возможность постепенного овладения необходимыми умениями и навыками.

# Использование подвижных игр и эстафет для формирования у детей младшего школьного возраста устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом.





Во второй ступени образования, помимо развития физических качеств, углубленное изучение двигательных умений, формирование навыка самооценки и самоконтроля при выполнении различного вида упражнений.



Использование спортивных игр для формирования у детей среднего школьного возраста устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом.





Третья ступень – период тренировки мышечной силы, выносливости, а так же время приобретения теоретических знаний по предмету «Физическая культура». Этап где физические нагрузки предусмотрены по половому, психологическому, физиологическому признакам.

# Формирования у детей старшего школьного возраста устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом.



Важным  
направлением в  
физическом  
воспитании



аккуратнос  
ть,  
бережливос  
ть

ответственно  
сти за  
себя и  
других

Они нацелены на решение одной  
проблемы  
— укрепление здоровья индивидуума

# В работе основными качествами является:

- - любовь к детям;
- - любовь к данному виду спорта;
- - самообразование





# Основные задачи в перспективе:

- - укрепление здоровья ребят;
- - воспитание гармонично развитой личности;
- - достижение высоких результатов



# **Благодарю за** **внимание**

**Краснодарский край  
Апшеронский район  
Учителя физической культуры  
МБОУСОШ №2  
г. Апшеронск**

**Тимофеев Сергей Владимирович  
Шемет Анна Викторовна  
Возняк Сергей Геннадиевич**



# Мы за здоровый образ жизни!

