

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!

