



«Здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности»

**учитель физической культуры
МКОУ Мокровская СОШ
Поляков Николай Иванович**





Человек от природы
полон жизни,
любит движение и
деятельность
и нуждается только в
благоразумном
водительстве.

Ян Амос Коменский





Актуальность темы predetermined тем, что здоровье человека – основная ценность человека, именно в школьном возрасте закладываются

основы здоровьесберегающего мышления и поведения личности. С другой

стороны, школьная среда чаще всего не создает условий для укрепления здоровья.

Состояние здоровья детей России вызывает обоснованную тревогу. По данным специалистов, около 90% детей имеют отклонение в физическом и

психическом здоровье; 30-35% детей, поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания; за годы обучения в пять раз возросло число нарушений зрения и осанки, в четыре раза увеличивается количество нарушений психического здоровья, в три раза увеличивается число детей с

заболеванием органов пищеварения: до 80% юношей призывного возраста по медицинским критериям не готовы к службе в Вооруженных силах.

Подобное состояние здоровья - результат длительного неблагоприятного воздействия не только социально-экономических, экологических, но и ряда

педагогических факторов. В связи с этим, одной из приоритетных задач в моей работе, стало сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них понятия ценности здоровья и здорового образа





Цель:
выявить пути и способы формирования культуры здоровья, применить на практике.

Задачи:

- Активное использование здоровьесберегающих технологий в деятельности учителя физической культуры;
- Обучение принципам ЗОЖ и здоровьесбережения обучающихся на уроках и во внеурочное время через использование различных методик по оздоровлению.





Здоровьесберегающая образовательная технология - это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (обучающихся, педагогов...).



Типы технологий:

Здоровьесберегающие (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания);

Оздоровительные (физическая подготовка, физиотерапия, аромотерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия);

Технологии обучения здоровью (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла);

Воспитание культуры здоровья (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.)



Условия эффективности здоровьесберегающей технологии на уроке и во внеурочной деятельности:

- 1. Чередование видов деятельности.**
- 2. Благоприятная дружеская обстановка на занятии.**
- 3. Дозировка заданий.**
- 4. Индивидуальный подход к каждому ребенку.**
- 5. Воспитательная направленность занятия.**





Игровые технологии

Включение игр в урок или спортивное занятие во внеклассной работе всегда вызывает у детей положительные эмоции, особый интерес при обучении и совершенствовании тех или иных умений и навыков.





Волейбол





Футбол





Внеурочная деятельность «Спортивные игры»





Внеурочная деятельность «Волейбол: учителя против учеников»





Внеурочная деятельность Игра «Зарница»





Внеурочная деятельность Туристический поход.





Внеурочная деятельность День Здоровья.





Готов к труду и обороне!





Результаты – это победы!

**100% ДЕТЕЙ ПРИНИМАЮТ УЧАСТИЕ
В СПОРТИВНОЙ ЖИЗНИ ШКОЛЫ!!!**





Обученность за 2015-2018 учебные года составляет **100%**

Качество по предмету физическая культура, %

Год, клас с	4	5	6	7	8	9	10	11
2015- 2016	100	100	100	100	100	100	100	100
2016- 2017	100	100	100	100	90	85	100	100
2017- 2018	100	100	100	100	100	90	100	100





В завершении...

Система применения современных педагогических технологий (в том числе здоровьесберегающих) в работе учителя физической культуры создает максимально благоприятные условия для раскрытия не только физических, но и духовных способностей обучающегося, обеспечивает творческое применение полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физического и нравственного здоровья, способствует формированию личной физической культуры школьников.



Спасибо за внимание!
Дополнительную
информацию можно
посмотреть на моем сайте
***[http://polyakov.40413s002.
edusite.ru](http://polyakov.40413s002.edusite.ru)***



Будьте здоровы!!!