



**Зотова Наталья
Михайловна,
учитель физической
культуры
МБОУ «Средняя школа № 13»**

**Считаю, что каждый уважающий
себя учитель физкультуры
должен гордиться не столько
мастерами спорта, вышедшими
из стен школы, сколько
здоровыми людьми,
которых он вырастил, и которые
так нужны нашей стране.**

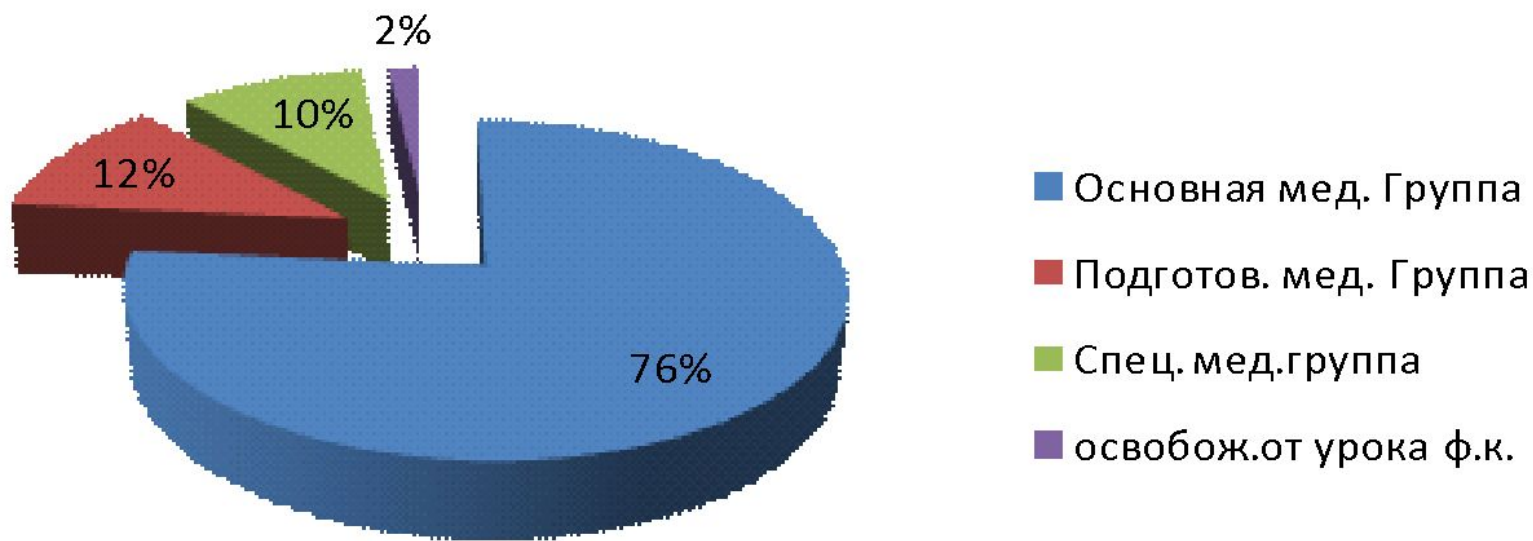
Организация процесса формирования здорового образа жизни у школьников на уроках физической культуры



Состояние здоровья учащихся (по группам здоровья)



1-4 классы



АКТУАЛЬНОСТЬ



- 1. Повышение интенсивности учебного труда**
- 2. Малоподвижный образ жизни учащихся**
- 3. Недостаточная потребность сохранения и укрепления здоровья учащимися**

Для решения проблемы



Изучалась
психолого-
педагогическая
литература

Изучались
современные
образовательные
технологии

Изучались
особенности
здоровья
учащихся

Изучался уровень
физической
подготовленности

Разрабатывался комплекс
мер по формированию
ЗОЖ на уроке физической
культуры

Физкультминутки, игры по станциям
«Моя будущая профессия и
здоровье», «Успех и здоровье»

Составление
«Дневника
здоровья»



Реализацию
проектов
«Спорту – ДА!»,
«В стране
«Спортландия»

Дискуссии «Здоровый образ жизни –
хобби или необходимость?», «Мой
образ жизни, здоровый ли он?»

Важно



**Формировать основные
компоненты здоровья,
позволяющие
поддержать физическое,
психическое и
нравственное здоровье
учащегося**

**Формировать
мотивацию к ЗОЖ,
вырабатывать
ценностное отношение к
здоровью**



Ведущая педагогическая идея



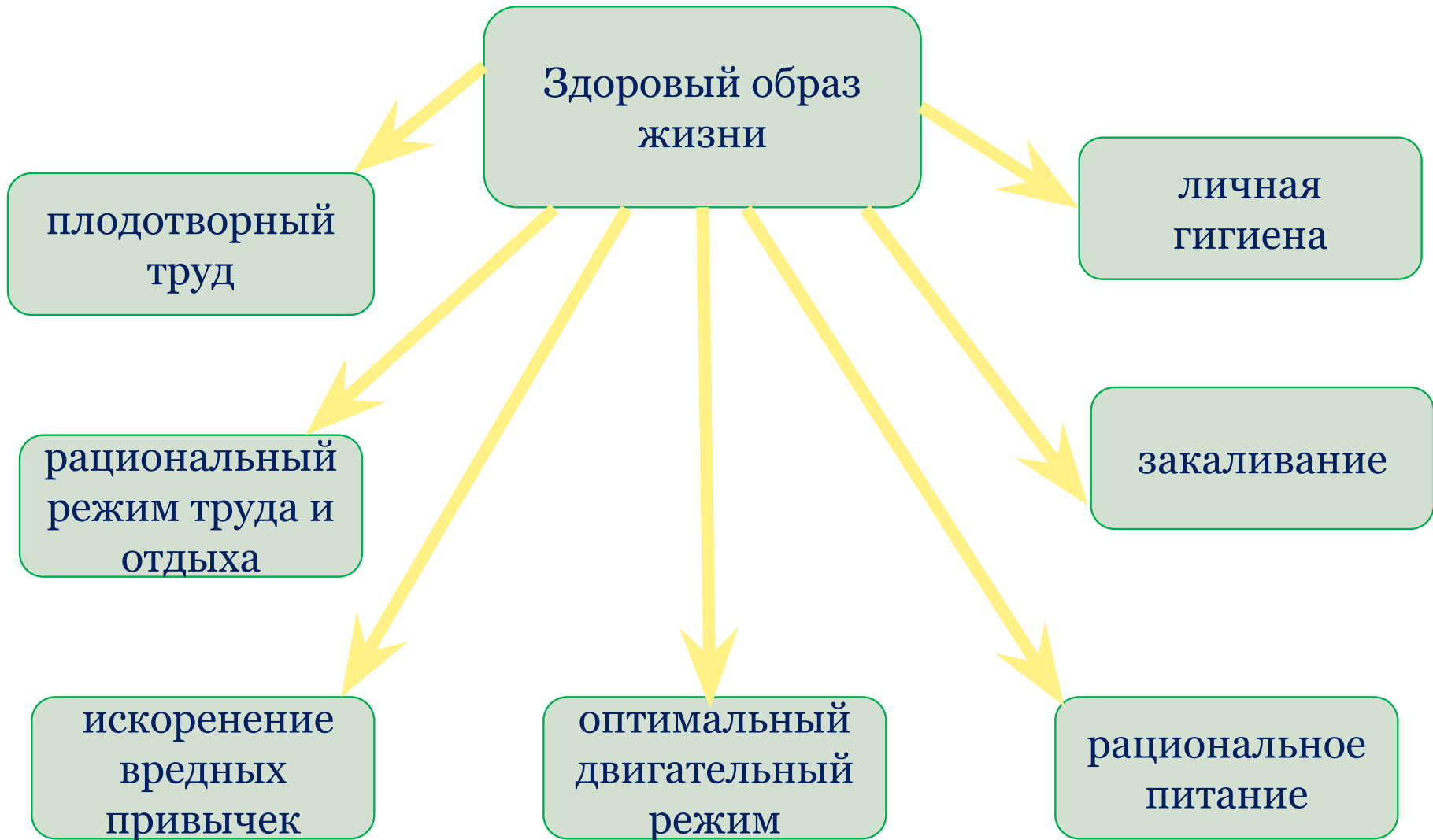
Формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни путем организации физкультурно-оздоровительной работы с использованием на уроках современных форм работы:

Танцевально-игровая гимнастика

**«Уроки здоровья»
(один раз в четверть)**

Фотокросс

Система организации физического воспитания на уроках физической культуры продуманная и специфичная



В процессе формирования ЗОЖ:



□ научно обосновано понятие «здоровый образ жизни младшего школьника»

□ определены его особенности как педагогического феномена и место в учебно-воспитательном процессе при изучении физической культуры

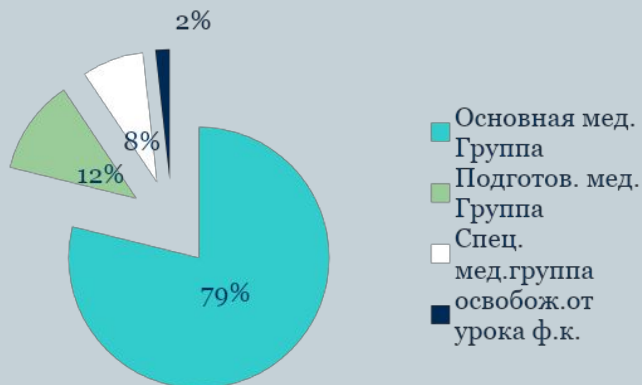
□ определена специфика формирования ЗОЖ младшего школьника

- разработана модель организации процесса формирования ЗОЖ у младших школьников (прогноз физического развития младшего школьника)

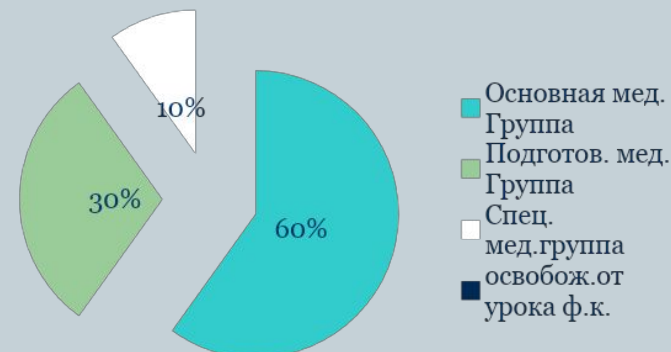
Системный процесс формирования ЗОЖ показывает положительный результат



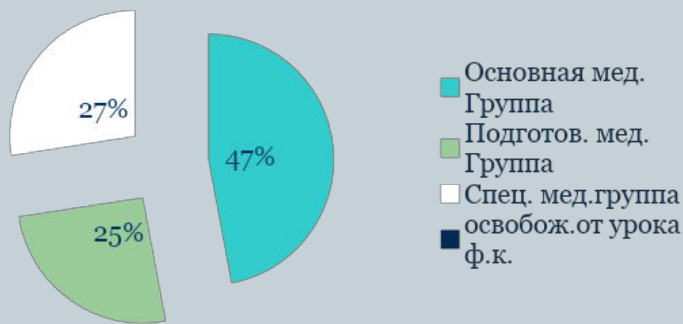
1-4 классы



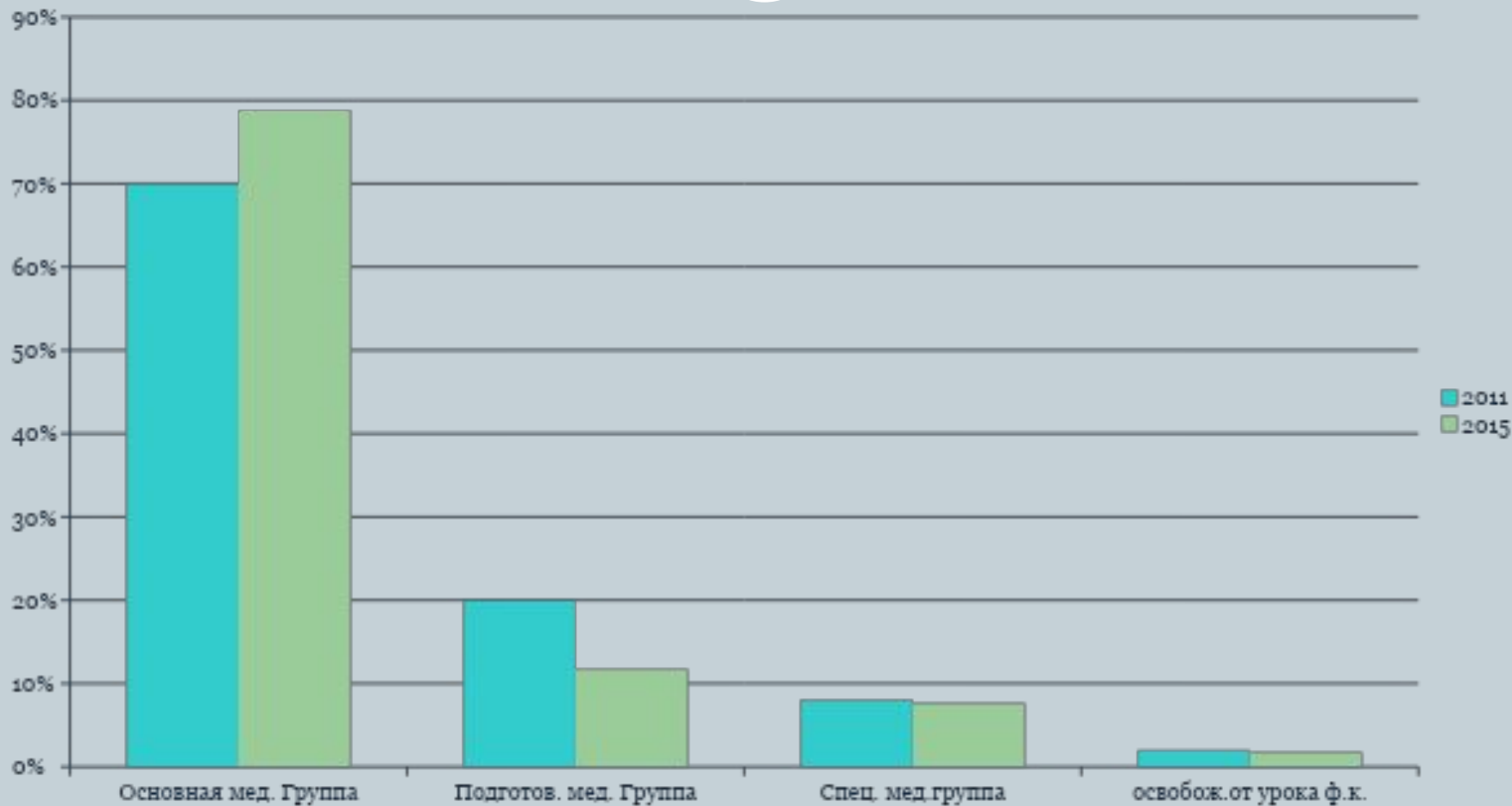
5-9 классы



10-11 классы



Сравнительная характеристика состояния здоровья младших школьников



Механизм внедрения практических достижений

- выступления на педагогических советах, семинарах-практикумах, заседаниях ШМО, ГМО
- открытые уроки
- внеклассная работа по преподаваемому предмету
- размещение описание опыта в педагогических Интернет—сообществах, персональном сайте учителя



Перспектива



Расширение социального пространства педагогического взаимодействия с учащимися:

более тесное взаимодействие по вопросам формирования ЗОЖ с родителями учащихся

Организация с учащимися 1-11 классов научно-исследовательской деятельности по проблемам ЗОЖ

Литература



1. “Валеологические подходы в формировании здоровья учащихся”. В. И. Харитонов, М. В. Бажанова, А. П. Исаев, Н. З. Мишаров, С. И. Кубицкий; Челябинск-1999 г., (стр. 10-15, 17-23, 26-30, 32-33, 41-46, 116-129) .
2. “ Комплексная оценка уровней физической подготовленности учащейся молодёжи“. Методическое пособие. – Челябинск: ДЦНТИ, 1994. –40 с. Харитонов.
3. “Концепция физического воспитания детей и подростков. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка “. –1996. -№1. –С. 5-10. Лях В. И., Мейксон Г. Б., Кофман Л. Б.
4. “Физическая культура и валеология в жизни детей (основы знаний, умений и навыков)“. Мишаров А. З., Камалетдинов В. Г., Харитонов В. И., Кубицкий С. И.; г. Челябинск-1998, (стр. 46-49, 69-78).
5. “Физическая культура в школе“. – 1994. - № 4. – С. 63- 65. Поваляева В.В.
6. “Эффективная методика двигательной подготовки школьников. // Пути повышения физической культуры школьников“. - Омск: ОГПИ, 1989. –С.13. Жук В. А., Мартыненко И. П.