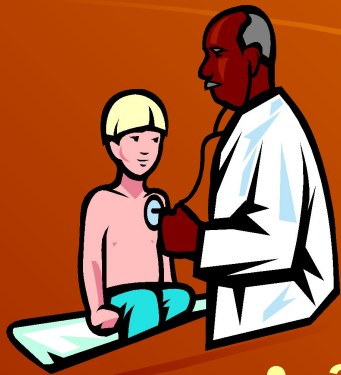


*Здоровьесберегающие
технологий на
уроках физической культуры*



*Выполнила:
учитель
физической
культуры
МБОУ СОШ-
№ 3
г.Выкса*

Здоровьесберегающие образовательные технологии — это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогические приемы, методы, технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью учащихся

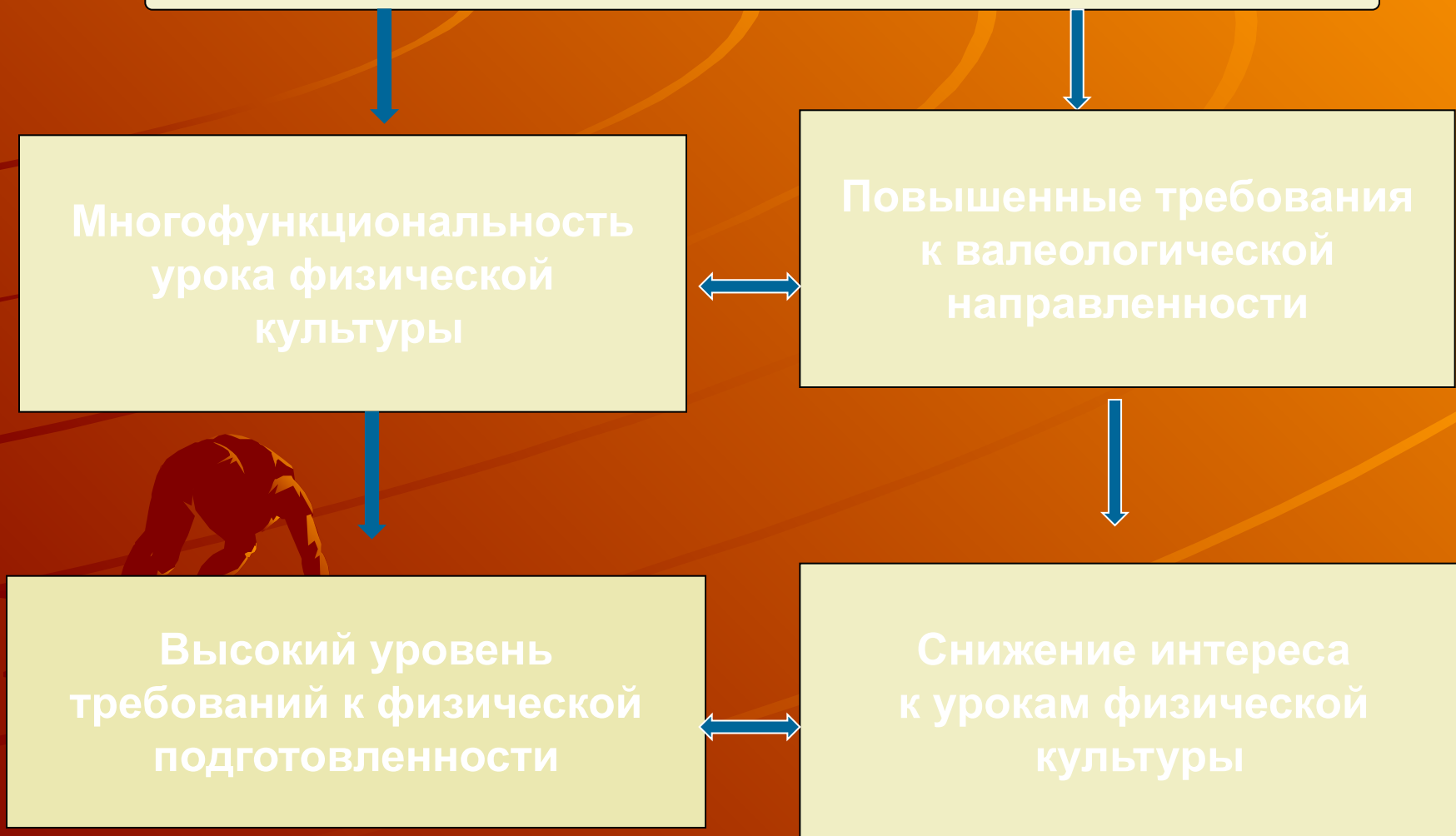


Актуальность темы

- **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.**



ПРОТИВОРЕЧИЯ



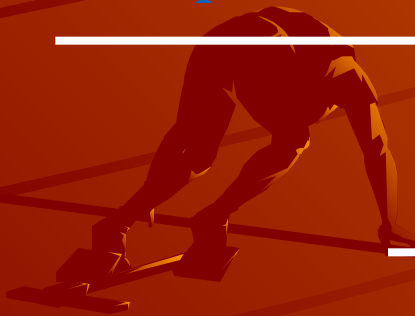
Организация учебного процесса без ущерба здоровью учащихся

ПРИНЦИПЫ ВАЛЕОЛОГИИ

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



Двигательный режим



Урок физической культуры

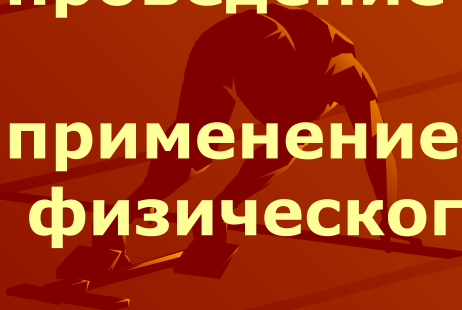
Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня

Внеклассная работа

Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия

Приемы мотивации к урокам физической культуры и внеклассным формам работы

- **валеологическое просвещение учащихся и их родителей;**
- **проведение нетрадиционных уроков;**
- **применение современных средств физического воспитания;**
- **комбинирование методов физического воспитания.**



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

Тестирование в начале года

Составление списков по уровням
физического развития

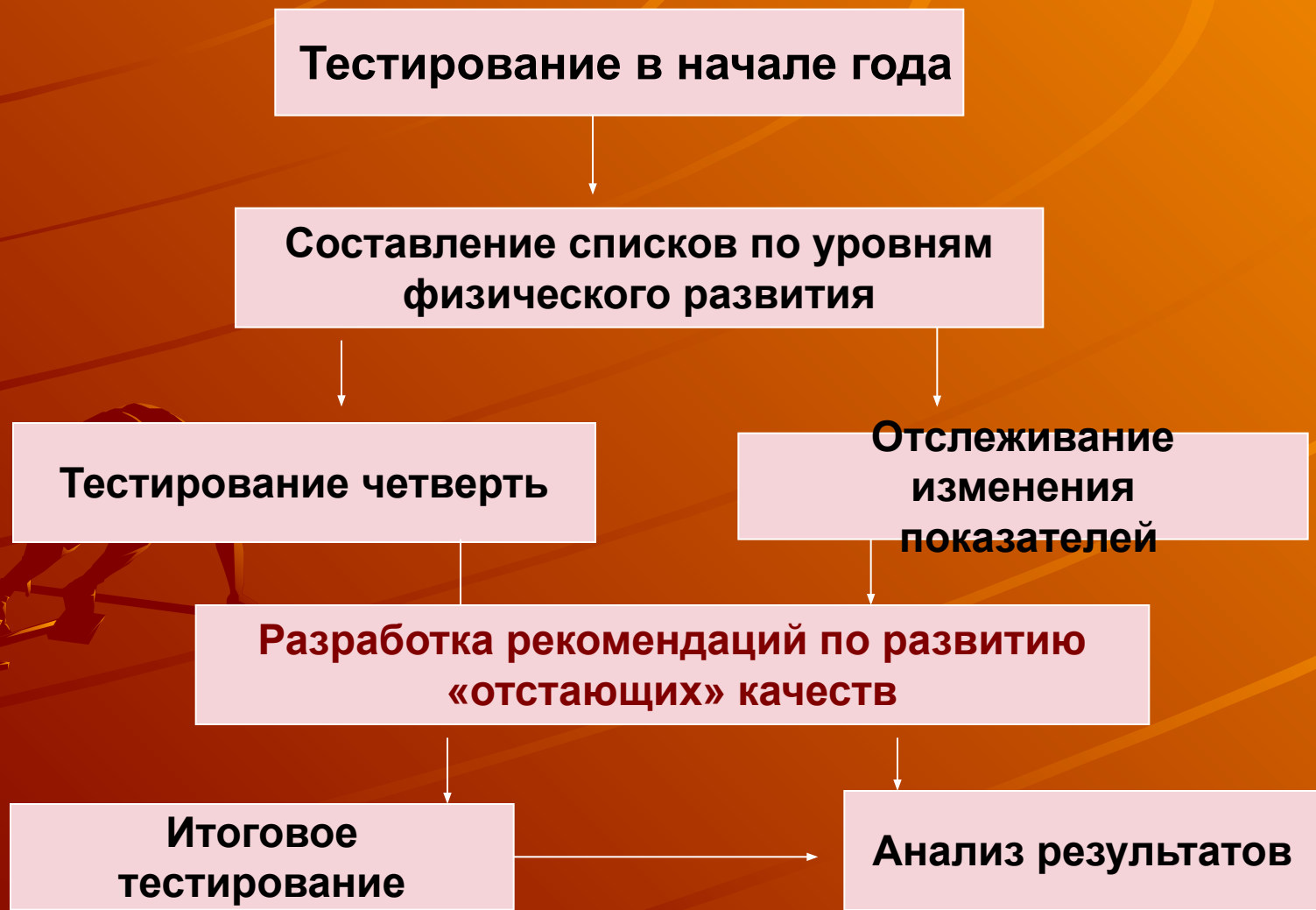
Тестирование четверть

Отслеживание
изменения
показателей

Разработка рекомендаций по развитию
«отстающих» качеств

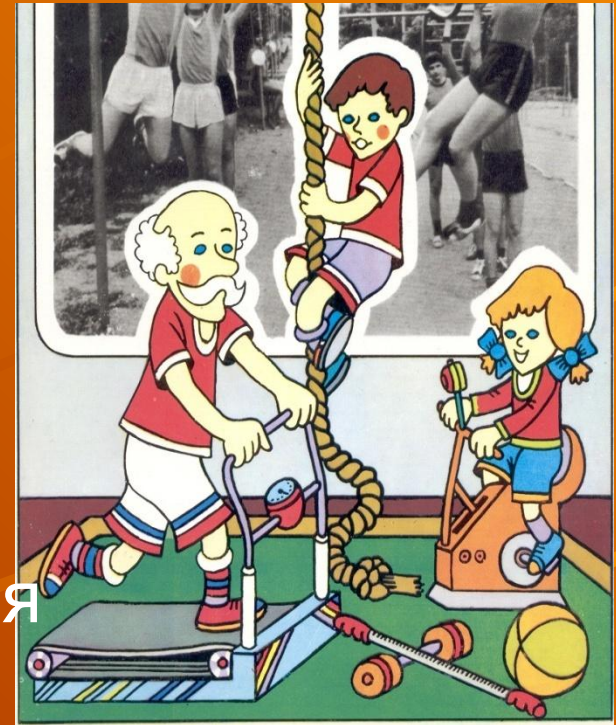
Итоговое
тестирование

Анализ результатов



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.



Список использованной литературы и Интернет-ресурсов

Список использованной литературы и Интернет-ресурсов

1. Виноградов П.А., Душанин А.П. Основы физической культуры и здорового образа жизни. Москва, 1996.
2. Виноградов П.А., Физическая культура и здоровый образ жизни. Москва, 1990.
3. Ю.А. Янсон: Физическая культура в школе, книга для педагога, 2009 г.
4. <http://spo.1september.ru/>
5. <http://www.it-n.ru/>