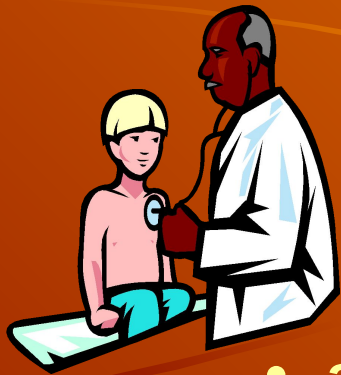


*Здоровьесберегающие  
технологий на  
уроках физической культуры*



*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

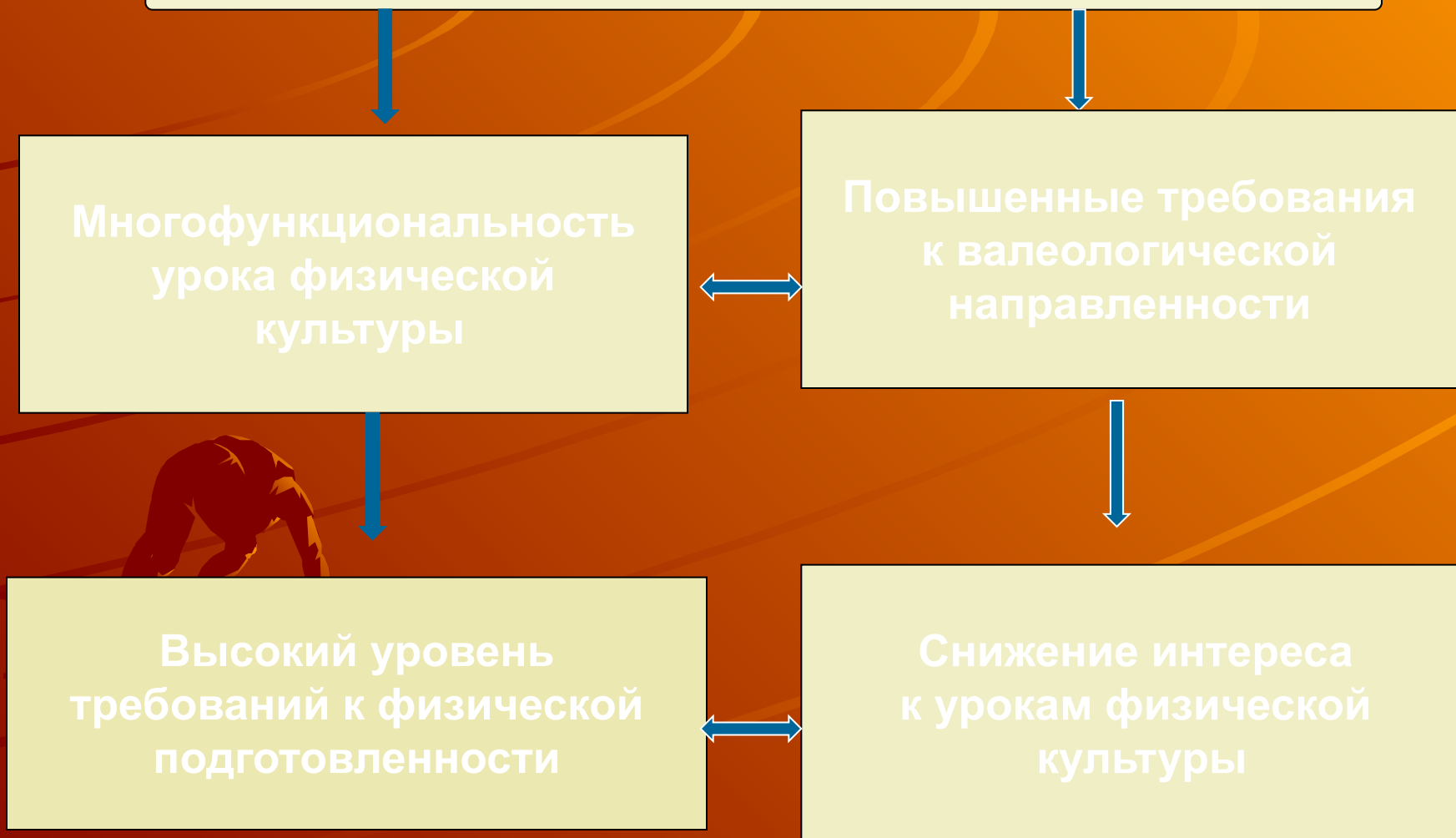


# Актуальность темы

- **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



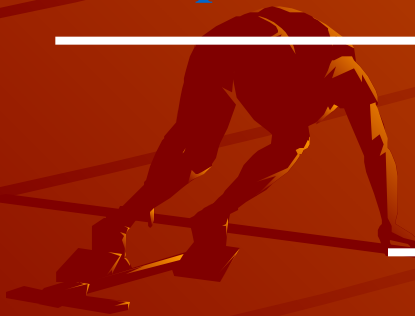
# Организация учебного процесса без ущерба здоровью учащихся

## 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

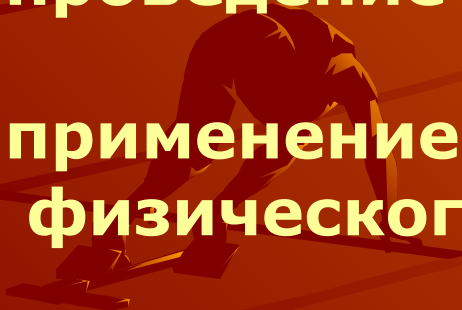
Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня

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

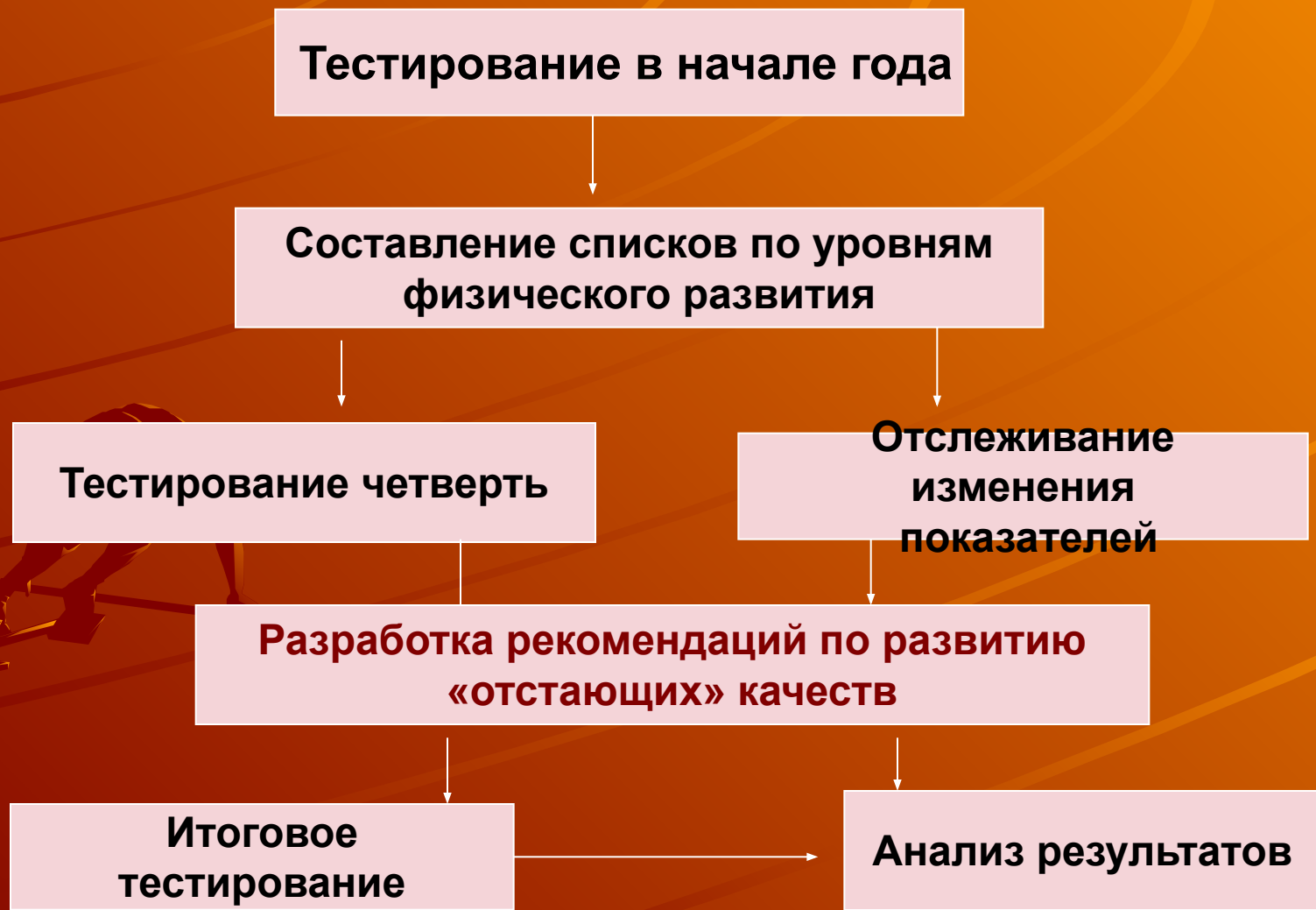
Тестирование четверть

Отслеживание  
изменения  
показателей

Разработка рекомендаций по развитию  
«отстающих» качеств

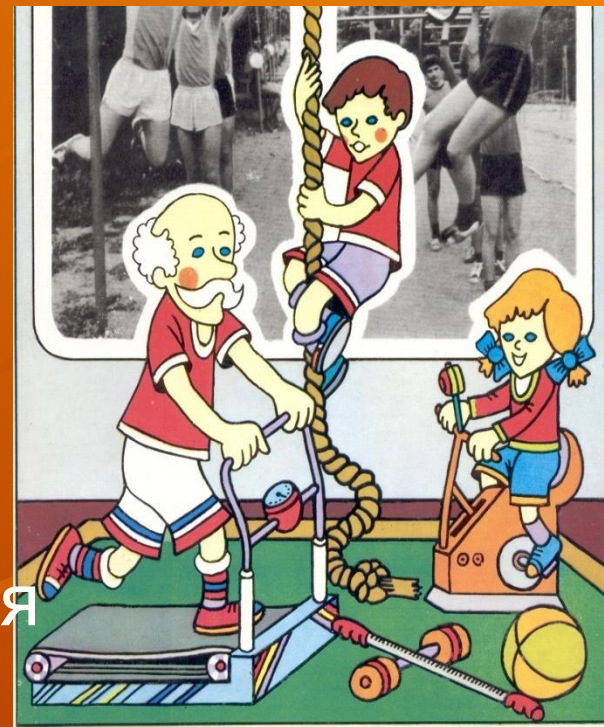
Итоговое  
тестирование

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/>