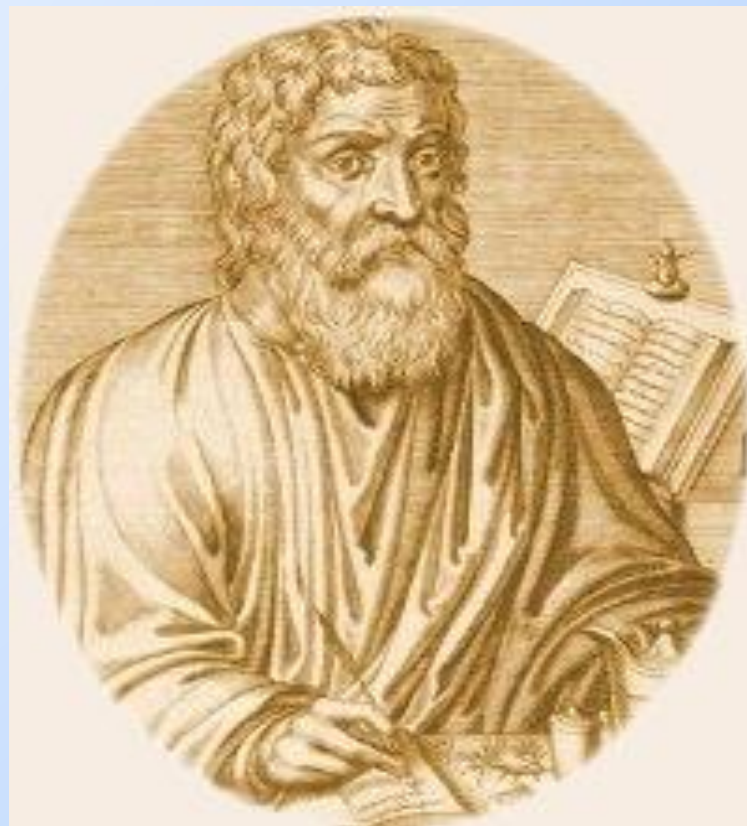


Тема: «Здоровье-сберегающие технологии на уроках физической культуры» - массовых мероприятий



«Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь.»



Гиппократ

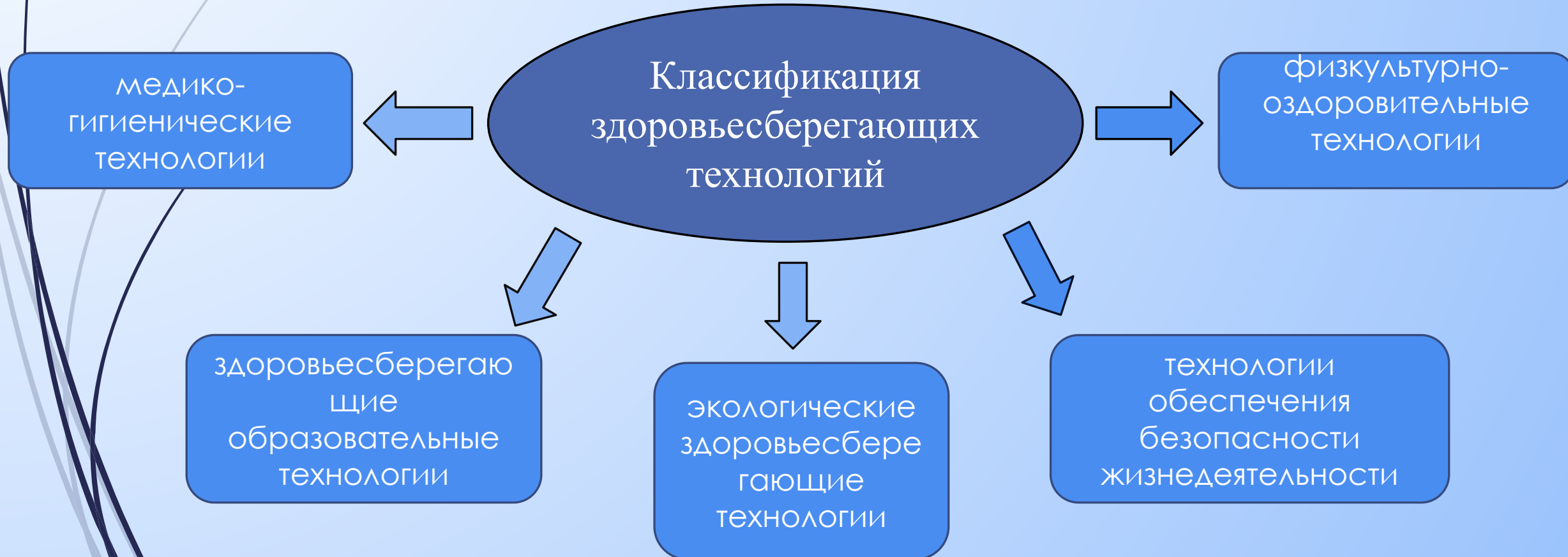
Цель: сформировать у учащихся основы здорового образа жизни на уроках физической культуры и спортивно-массовых мероприятиях, добиться выполнения элементарных правил здоровьесбережения



Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов.



Здоровьесберегающие технологии – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.



ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



Урок
физической
культуры

Физкультурно-
оздоровительные
мероприятия в режиме
учебного дня

Спортивные
секции

Спортивно-
массовые
мероприятия