

Системные эффекты
использования современных
образовательных технологий
на уроке физической
культуры



«Здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».

К.М. Брехман



Мониторинг состояния здоровья

№	Состояние здоровья учащихся	2005-2006 уч. год	2007-2008 уч. год	2009-2010 уч.год
		кол.уч. %	кол.уч.%	кол.уч.%
1.	Всего учащихся	100	86	85
	Из них практически здоровы	50/50	50/58,1	43/50
	Имеют отклонения в здоровье	50/50	36/41,9	42/50
2	Характеристика заболеваний детей			
	нарушение осанки	16/19	15/17	12/12
	плоскостопие	8/9	7/8	5/5

Цель, которую я ставлю, используя здоровьесберегающие образовательные технологии обучения:

- обеспечение школьникам возможность сохранения здоровья за период обучения в школе;
- формирование у них необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Основные задачи здоровьесберегающих технологий:

- 1. Укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности.
- 2. Выявление и профилактика на раннем этапе различных заболеваний у учащихся (сколиоз, плоскостопие, ожирение и т.д.).
- 3. Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости; обучение разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических и других физических упражнений общеразвивающей направленности;
- 4. Развитие основ здорового образа жизни: организация утренней гимнастики, физкультминуток, подвижных игр на учебных переменах; профилактика табакокурения, наркомании; воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.
- 5. Формирование интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями обучение простейшим способам измерения показателя физического состояния и развития (рост, вес, осанка, частота сердечных сокращений после выполнения физических нагрузок и др.).
- 6. Привитие учащимся интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

- Основные направления оздоровления в школе



- медико-гигиеническое (осуществляемое при тесном контакте педагог — медицинский работник — ученик);
- физкультурно-оздоровительное (отдается приоритет занятиям физкультурной направленности);
- *экологическое (создание гармоничных взаимоотношений с природой).*

Средства здоровьесберегающих

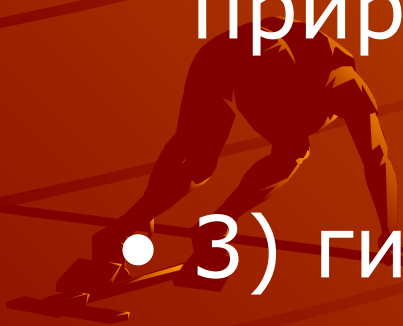
технологий

на уроках физической культуры

и во внеурочное время



- 1) средства двигательной направленности;
- 2) оздоровительные силы природы;
- 3) гигиенические факторы.



*На уроках и во внеурочное время
использую следующие средства
здоровьесберегающих
технологий:*



Гимнастические комплексы



Упражнения для формирования правильной осанки







Занятия на спортивной площадке



Спортивные игры



Подвижные игры



Подвижные перемены





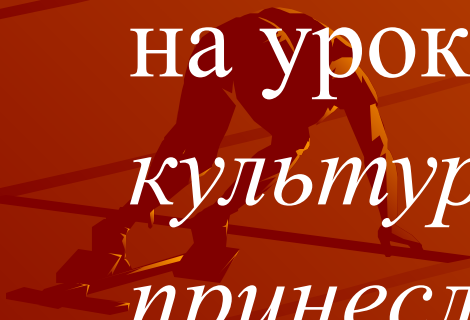
Дни здоровья



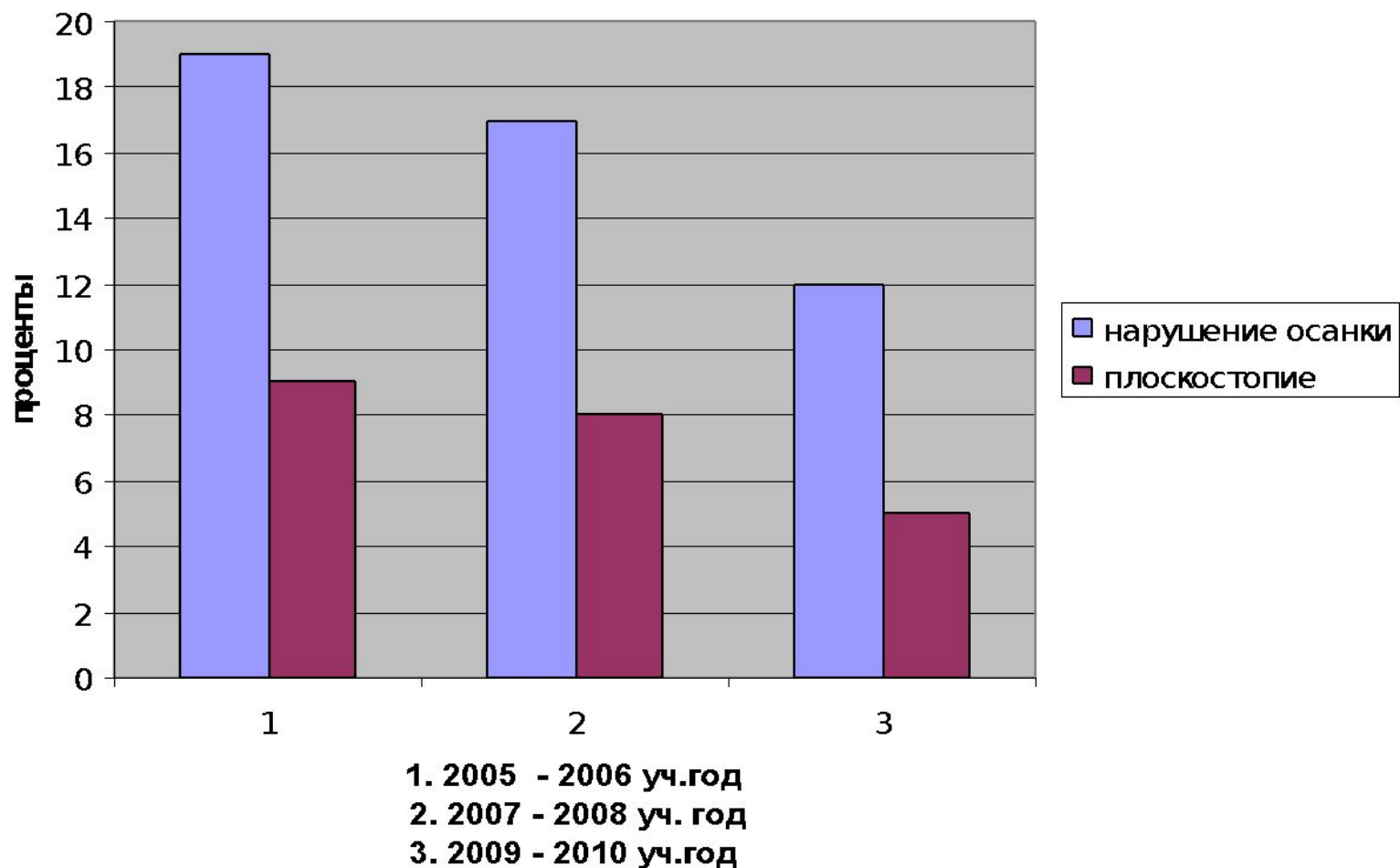


- Беседы на уроках по соблюдению правил личной гигиены, закаливанию, профилактике различных заболеваний (нарушение осанки, плоскостопия, близорукости, ожирения, инфекционных заболеваний и т.д.)
- Провожу инструкции по профилактике повреждений и травм, оказанию первой доврачебной помощи

- Эффективное использование различных средств здоровьесберегающих технологий на уроках физической культуры культуры и во внеурочное время *принесли следующие результаты:*



Результативность деятельности системы



- *Здоровья человека – одна из предпосылок счастья полноценной жизни. Не случайно на вопрос о том, что является более ценным для человека – богатство или слава, один из древних философов ответил: «Ни богатство, ни слава ещё не делают человека счастливым. Здоровый нищий счастливее богатого короля»*