



**ФОРМИРОВАНИЕ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ  
КОМПЕТЕНЦИЙ  
В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ.**






Какими знаниями и умениями  
должен обладать ученик  
с позиции сформированности  
здоровьесберегающих  
компетенций?

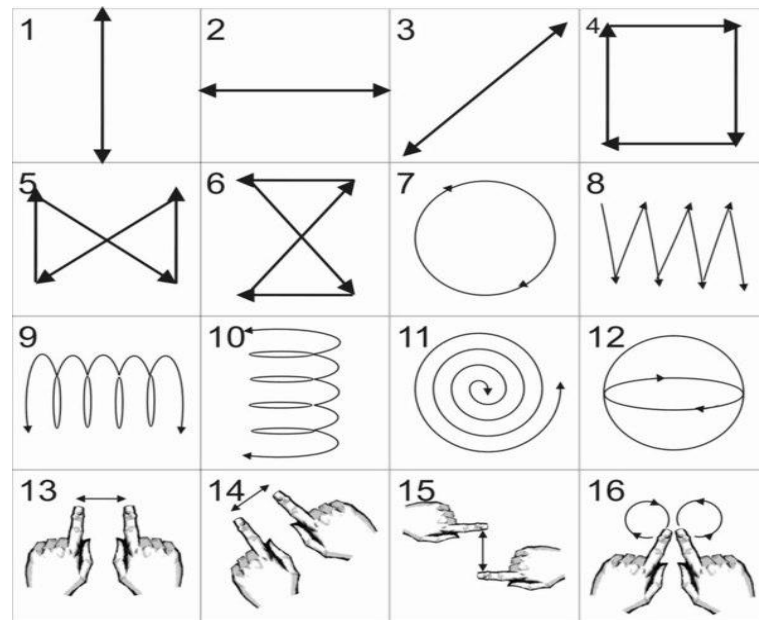
- знать и применять правила поведения в экстремальных ситуациях: под дождем, градом, при сильном ветре, во время грозы, наводнения, пожара, при встрече с опасными животными, насекомыми;

- 
- **знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной безопасности; владеть способами оказания первой медицинской помощи;**

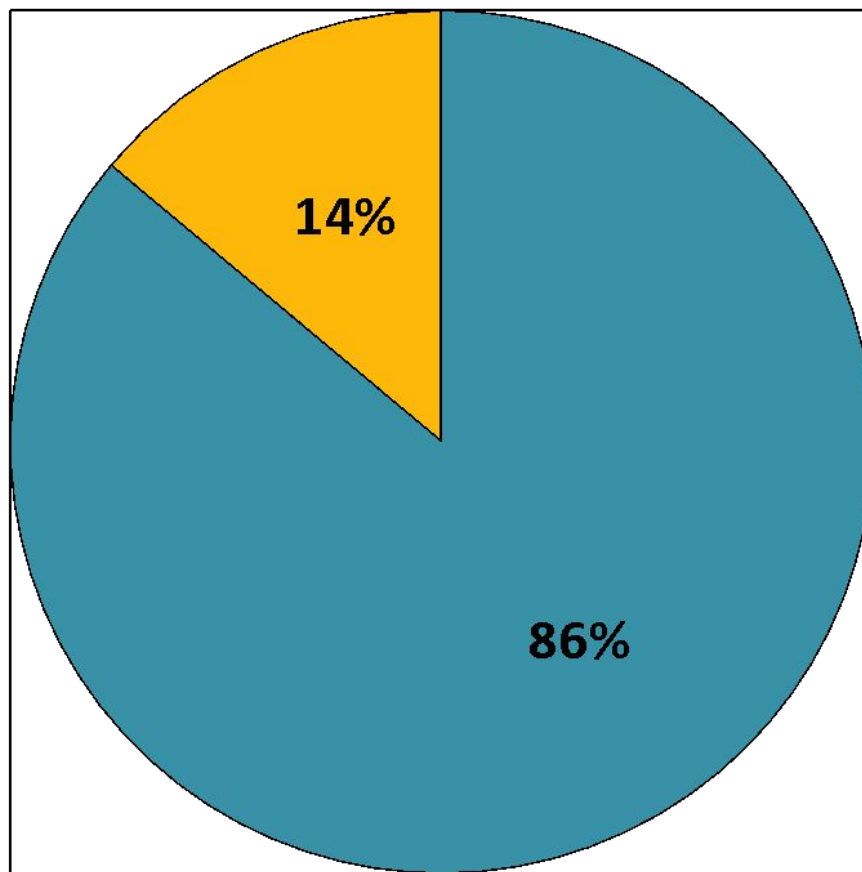
- иметь многообразие  
двигательного опыта и умение  
использовать его в массовых  
формах соревновательной  
деятельности, в организации  
активного отдыха и досуга;

- 
- уметь подбирать индивидуальные средства и методы для развития своих физических качеств.

# Физкультминутки, гимнастика для глаз



# Что ты знаешь о своем здоровье?

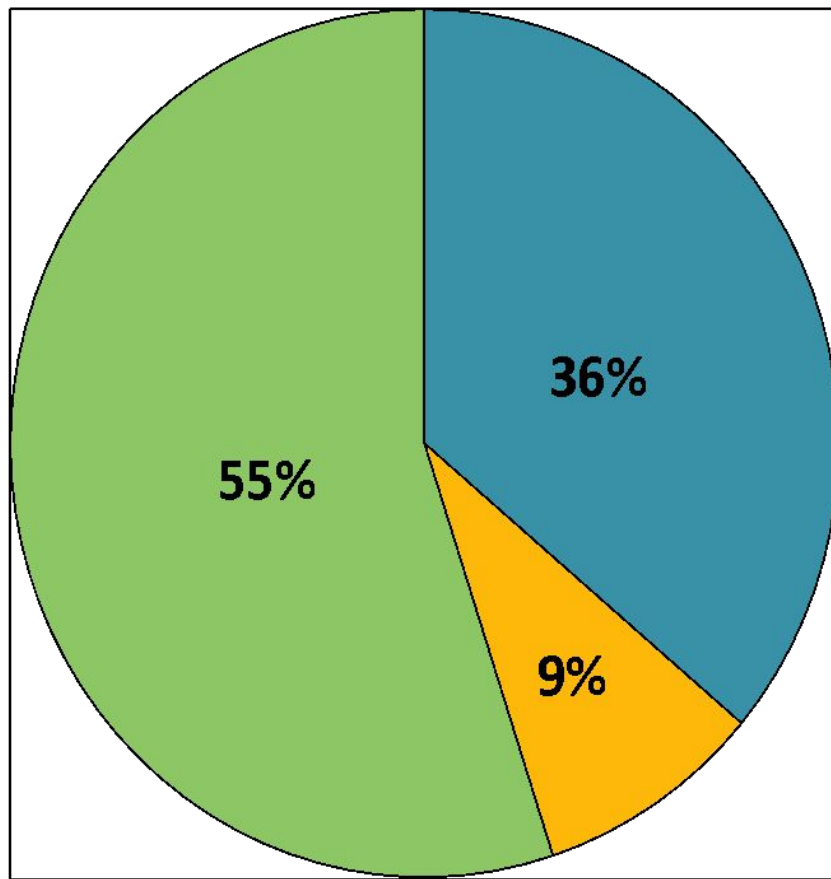


■ **Мое здоровье: отличное**

■ **Мое здоровье не очень хорошее: часто болит голова**

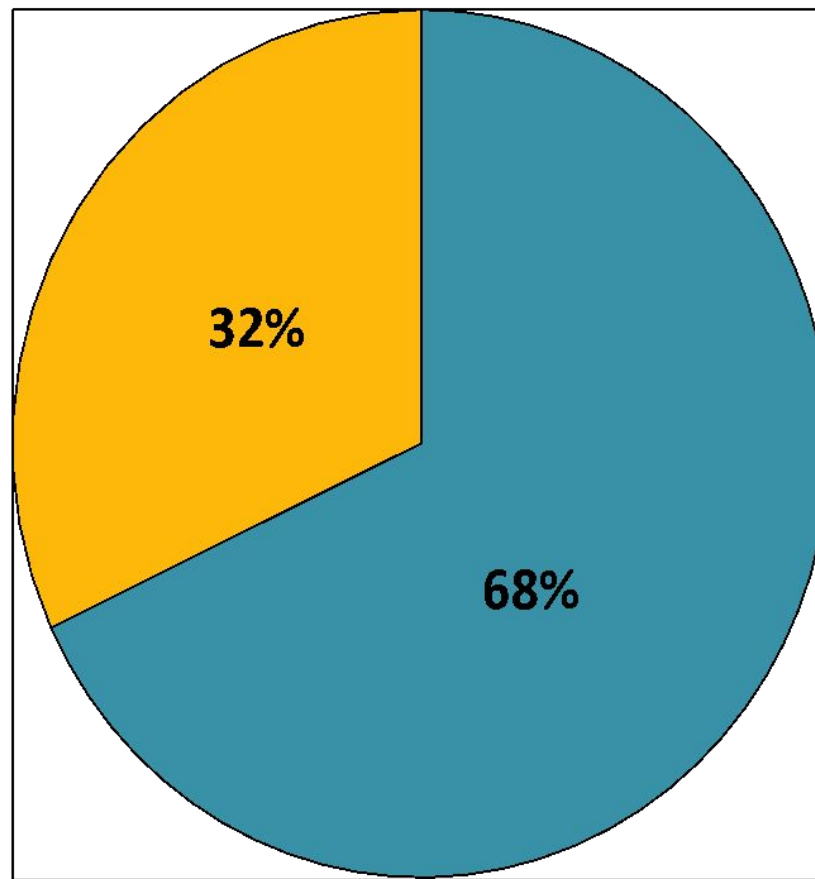


# Какие заболевания тебя беспокоят?

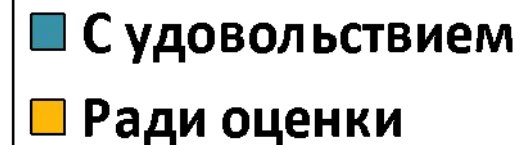
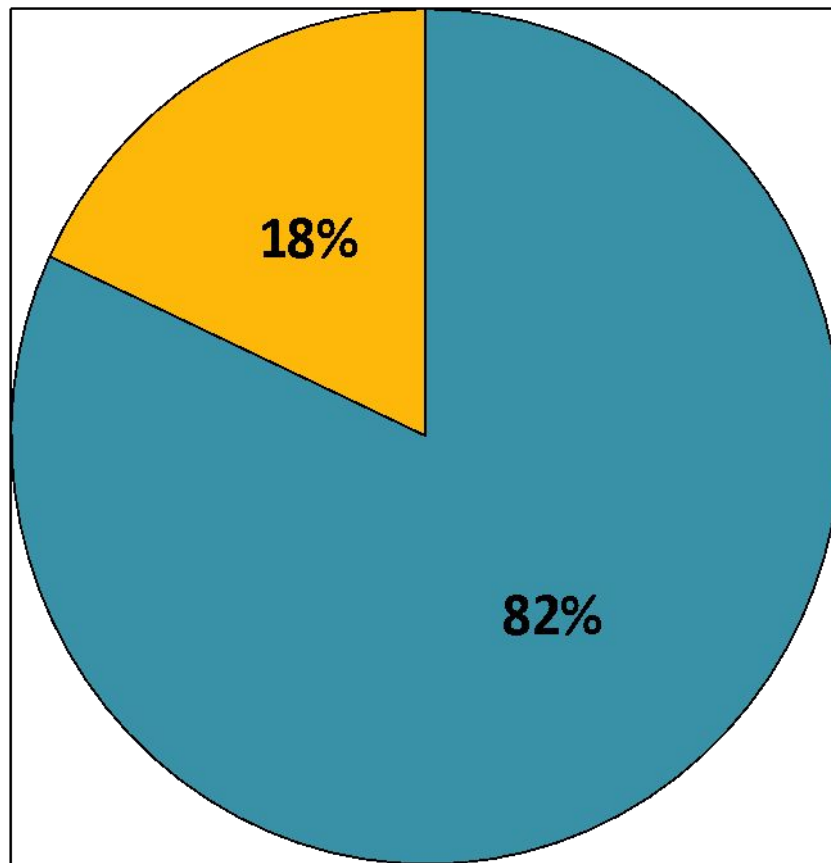


- Часто беспокоят простудные заболевания**
- иногда чувствую себя неважно: болит голова, живот и др.**
- ничего не беспокоит**

# Делаешь ли ты утром физическую зарядку?



# Как ты занимаешься на уроках физкультуры?



# Чувствуешь ли ты усталость после уроков?

