

Дене шынықтыру сабақтарындағы десаулық сақтау технологиясын қолдану



Подготовил:
учитель ф/к
Каратагайской
средней школы
Темирбаев А.А.

**Использование
здоровьесберегающих технологий на
уроках физической культуры**

**«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний и вера в свои силы»
В.А.Сухомлинский**

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

Многофункциональность
урока физической
культуры

Повышенные требования
к валеологической
направленности



Высокий уровень
требований к физической
подготовленности

Снижение интереса
к урокам физической
культуры



Организация учебного процесса без ущерба здоровью учащихся

ПРИНЦИПЫ ВАЛЕОЛОГИИ

```
graph TD; A[ПРИНЦИПЫ ВАЛЕОЛОГИИ] --> B[Сохранение здоровья]; A --> C[Укрепление здоровья]; A --> D[Формирование здоровья];
```

Сохранение здоровья

Укрепление здоровья

Формирование здоровья

Основные причины нарушения здоровья

Причины

Малоподвижный образ жизни.
Вредные привычки.
Недостаточная освещенность.
Перегрузка учебными занятиями

Проблемы

Заболевания опорно-двигательного аппарата.

Нарушение осанки, плоскостопие.

Снижение зрения.
Нервно-психические расстройства.



Условия здоровьесбережения



УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПРОСТРАНСТВА

- Гигиенический режим
- Использование оздоровительных сил природы
- Двигательный режим
- Инструктаж по технике безопасности

Инструктаж по технике безопасности



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СИЛ ПРИРОДЫ



УРОКИ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ



Использование здоровьесберегающих технологии на занятиях в классе



В ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ УЧАЩИХСЯ ВХОДИТ:



**Урок физической
культуры**

**Физкультурно-
оздоровительные
мероприятия в режиме
учебного и продленного
дня**

**Внеклассная
работа**

**Физкультурно-
массовые и
спортивные
мероприятия**

МОНИТОРИНГ СОСТОЯНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ



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.



Будьте здоровы!



Спасибо за внимание!