# Дене шынықтыру сабақтарындағы десаулық сақтау технологиясын колдану



Подготовил: учитель ф/к Каратогайской 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

Сохранение здоровья

Укрепление здоровья

Формирование здоровья

# Основные причины нарушения здоровья

#### Причины

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

#### Проблемы

Заболевания опорнодвигательного аппарата.

Нарушение осанки, плоскостопие.

Снижение зрения. Нервно-психические расстройства.





#### Условия здоровьесбережения

реоования К расписани Ю Освещенн Воздушно-**NUOK** ОСТЬ тепловой зала режим Гигиенически режим Чистота Личная гигиена ребования помещений учащихся K спортивном оборудован

## 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









#### Исползование здороьесберегающих технологии на занятиях в классе









#### В ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ УЧАЩИХСЯ ВХОДИТ:

Урок физической культуры

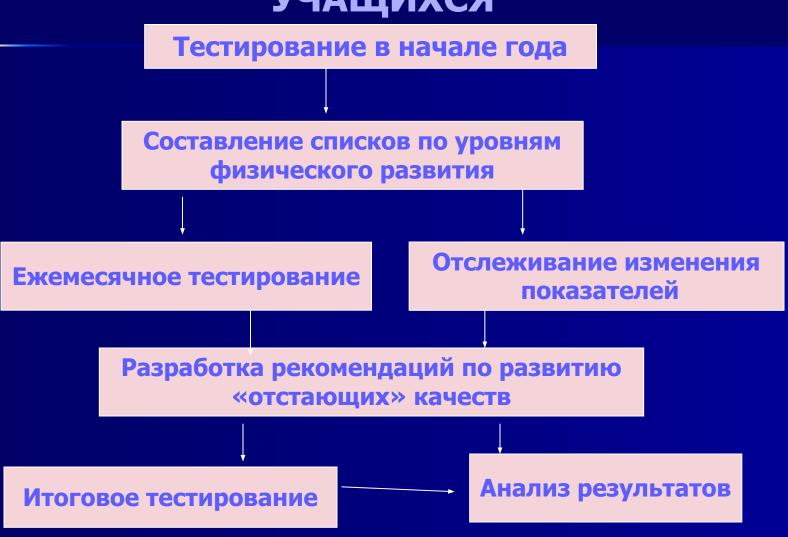




**Внеклассная** работа

Физкультурномассовые 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!