

Тверской областной институт усовершенствования учителей

Здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры



НАД ПРОЕКТОМ РАБОТАЛИ:

УМАРОВА Ф.Б. учитель физической культуры

ЗАМУРУЕВА Е.Л. учитель физической культуры

БРАВОВ Л.В. учитель физической культуры

ШУТЯЕВА Р.В. учитель физической культуры

КОНОВАЛОВА Е.И. учитель физической культуры

2013 год



«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

Уровень и структура заболеваемости (по обращаемости) подростков 14-15 лет

Классы болезней	Число заболеваний на 100 детей	Структура заболеваемости, %
Инфекции и паразитарные болезни	18,1	10,2
Болезни нервной системы и органов чувств	20,0	11,4
Болезни органов кровообращения	9,6	5,4
Болезни органов дыхания	30,5	17,3
Болезни органов пищеварения	30,5	17,3
Заболевания мочеполовых органов	14,4	8,1
Болезни кожи и подкожной клетчатки	26,6	15,1
Болезни костно-мышечной системы	14,4	8,1
Врожденные аномалии и пороки развития	6,7	3,8

Причины нарушений здоровья

Причины

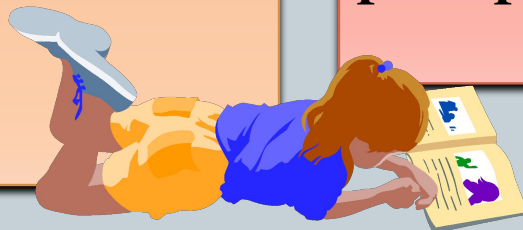
Малоподвижный образ жизни.

Неправильная привычка.

Незнание средств, форм.

Недостаточная освещенность.

Перегрузка учебными занятиями

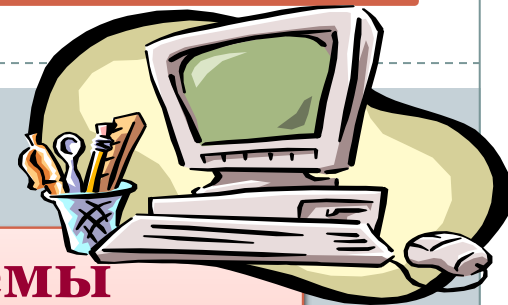


Проблемы

Заболевание опорно-двигательного аппарата.

Нарушения осанки, плоскостопие.

**Снижение зрения.
Нервно-психические расстройства.**

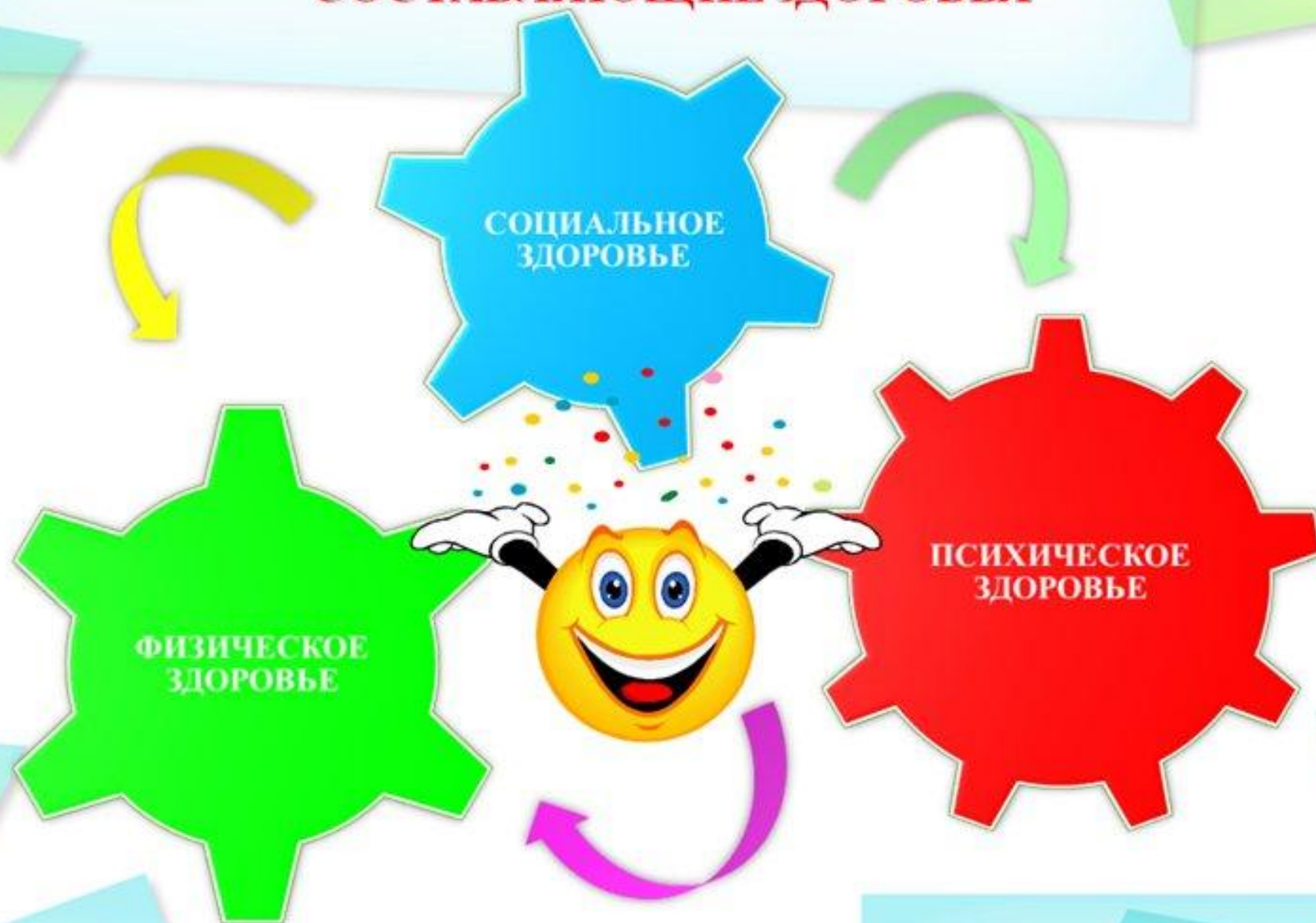


Актуальность темы

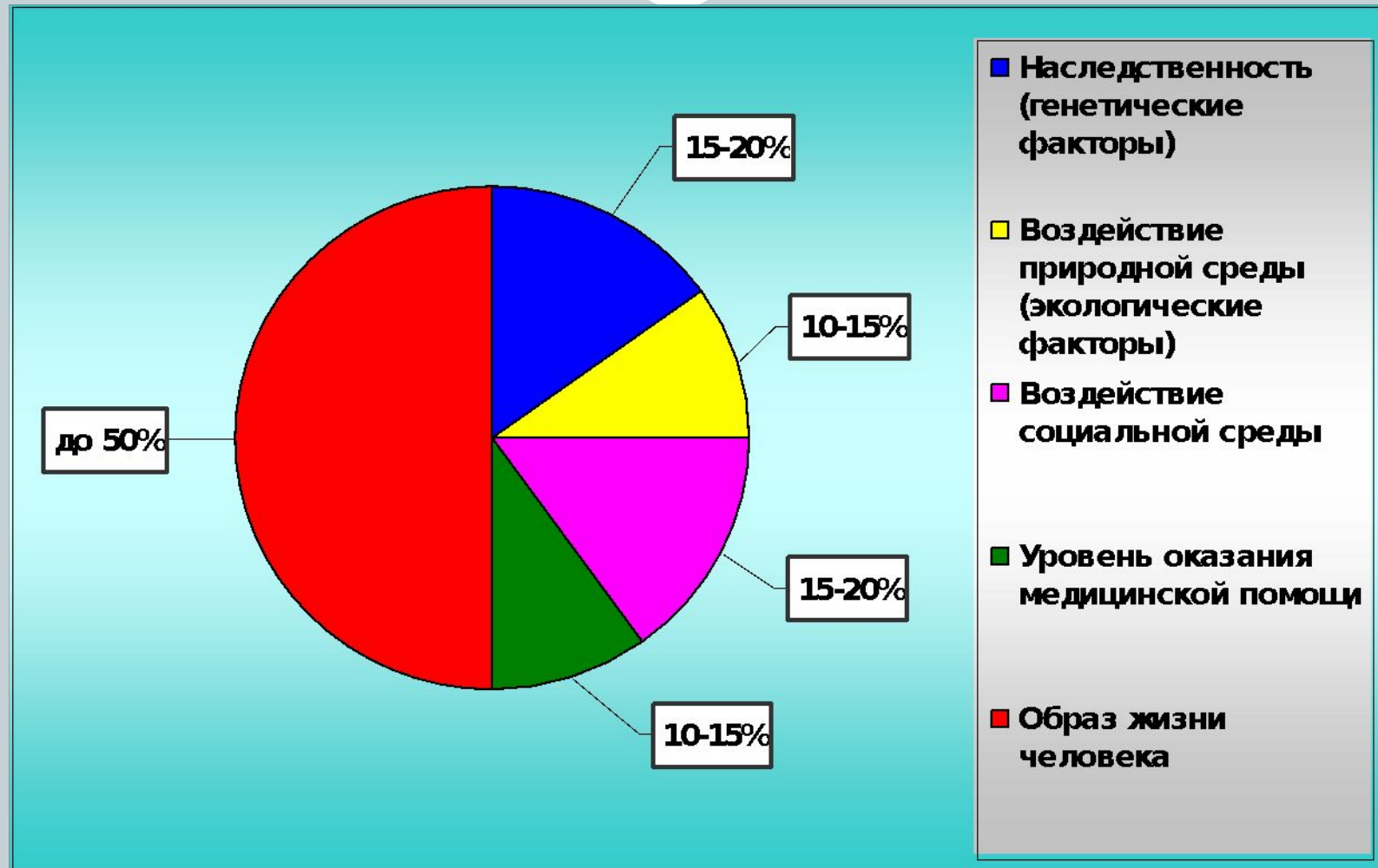


- **здоровье школьников относится к приоритетным направлениям в сфере образования;**
- **увеличение числа учеников, имеющих различные функциональные отклонения в состоянии здоровья;**
- **снижение двигательной активности школьников;**
- **физическая культура может компенсировать отрицательные явления.**

СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЯ



Факторы формирующие здоровье ребенка





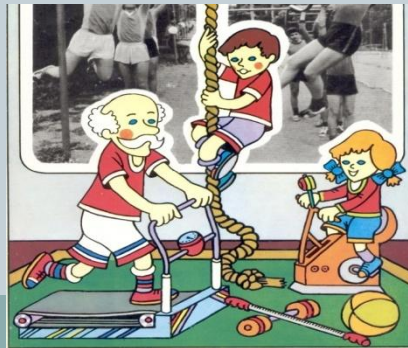
Цель: сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения

Задачи:

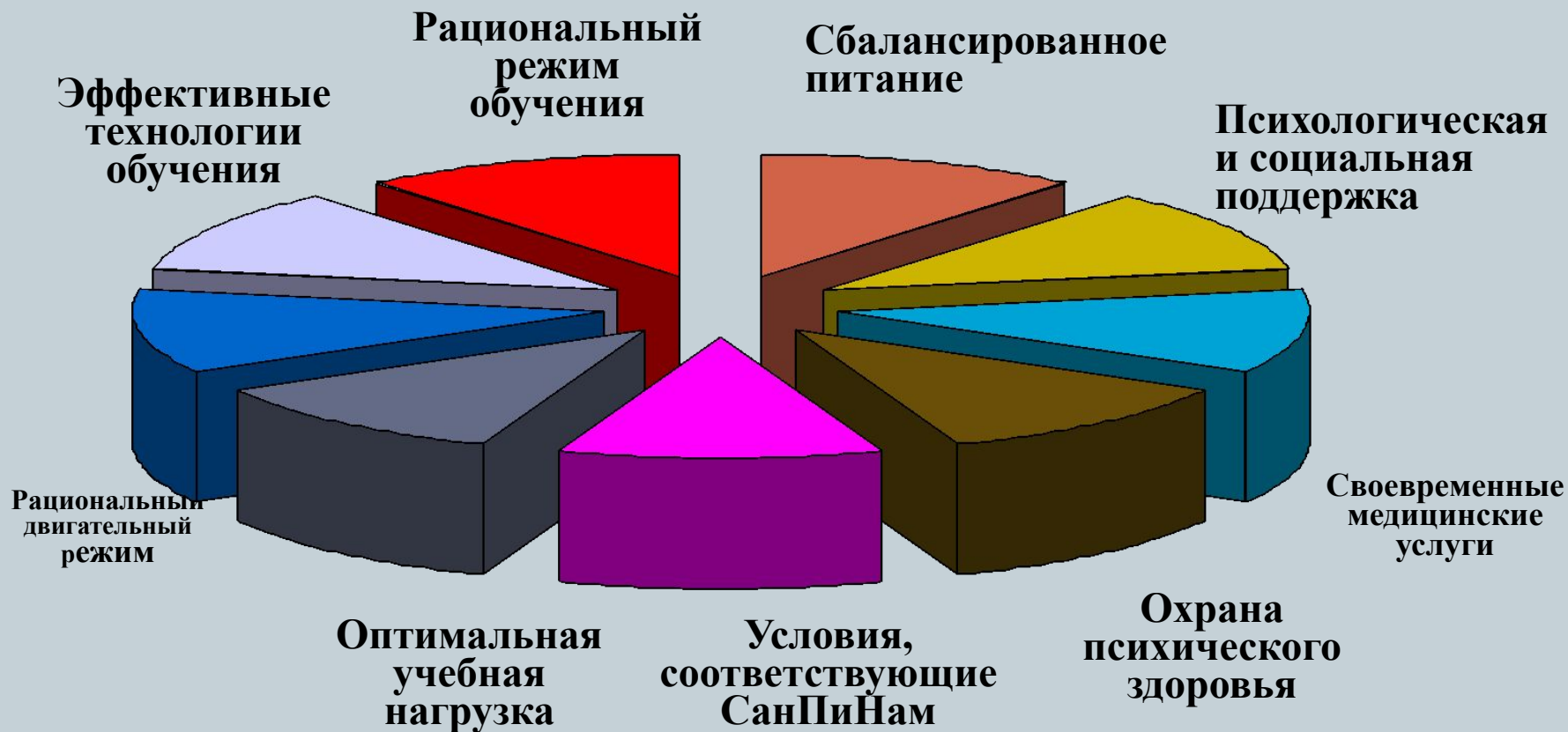
- ◆ Формировать необходимые знания, умения, навыки по ведению здорового образа жизни, осознанного отношения к своему психическому и физическому здоровью
- ◆ Использовать знания в повседневной жизни
- ◆ Разработать комплексы упражнений, физкультминуток, подвижные игры
- ◆ Активизировать самостоятельность детей в процессе игровой деятельности.

Результативность

1. Повысить успеваемость по предмету, развивать двигательную активность обучающихся
2. Мотивировать детей к ведению здорового образа жизни.
3. Повысить динамику состояния здоровья учащихся



ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ СОХРАНЕНИЮ и УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ШКОЛЕ



Здоровьесберегающие технологии

это система различных целенаправленных воздействий на целостный учебно-воспитательный процесс, организуемых ОУ для медико-психолого-педагогической профилактики и коррекции негативных психофизиологических, психологических и личностных состояний школьников в рамках традиционной системы образования.



Здоровьесберегающие технологии, используемые на уроках физкультуры

- ❑ **Чередование видов деятельности. Разнообразие форм организации урока, чередование умственной и физической нагрузки.**
- ❑ **Благоприятная дружеская обстановка на уроке. Урок должен быть развивающим, интересным.**
- ❑ **Дозировка заданий. Главное при выполнении упражнений - не допускать перегрузки учащихся.**
- ❑ **Индивидуальный подход к каждому ребенку.**
- ❑ **Занятия на свежем воздухе.**
- ❑ **Воспитательная направленность занятия.**





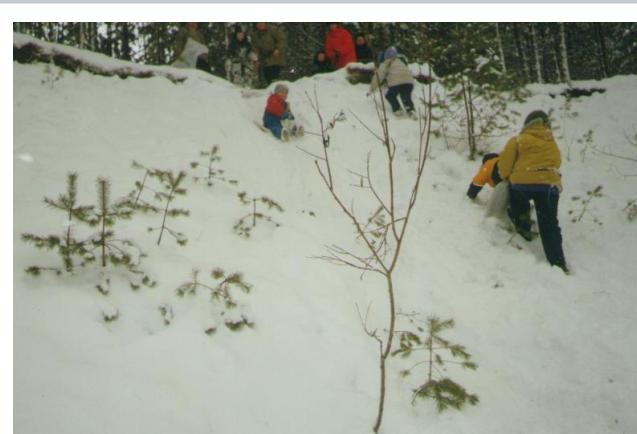
Забота о здоровье учащихся – обязанность каждой школы, каждого учителя.

Учитель может сделать для сохранения и укрепления здоровья школьников не меньше, чем врач!





БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!



Список использованной литературы и Интернет-ресурсов

Список использованной литературы и Интернет-ресурсов

1. Виноградов П.А., Душанин А.П. Основы физической культуры и здорового образа жизни. Москва, 2010.
2. Виноградов П.А., Физическая культура и здоровый образ жизни. Москва, 1999.
3. Ю.А. Янсон: Физическая культура в школе, книга для педагога, 2009 г.
4. <http://spo.1september.ru/>
5. <http://www.it-n.ru/>

Спасибо за внимание



Творческих Вам успехов !