

«Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в учебно-воспитательном процессе по физической культуре в условиях реализации ГОС. »

Руководитель динамической группы
Тымкив Ю.П. учитель физической культуры
МОУ « Гимназия г. Тореза»

Цель работы:

знакомство с здоровьесберегающими технологиями уроков физической культуры.

Задачи работы:

- определить роль учителя в сохранении и укреплении здоровья обучающихся;
- рассмотреть совокупность приемов, методов, методик, средств здоровьесбережения;

Требования к предметным результатам
изучения предмета физическая культура
в условиях реализации ФГОС с точки
зрения здоровьесбережения.

освоение умения оказывать
первую доврачебную помощь
при легких травмах

приобретение опыта
организации самостоятельных
систематических занятий
физической культурой с
соблюдением правил техники
безопасности и профилактики
травматизма

понимание роли и значения
физической культуры в
формировании личностных
качеств, в активном
включении в здоровый образ
жизни, в укреплении и
сохранении индивидуального
здоровья

формирование умения вести
наблюдение за динамикой
развития своих основных
физических качеств

оценивать текущее состояние
организма и определять
тренирующее воздействие на
него занятий физической
культурой

Роль учителя физической культуры в сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения.

- ▶ Главная задача учителя физической культуры - сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Принципиально важно, чтобы при сдаче тестирования, контрольных нормативов учащийся не сравнивался с другими по принципу «лучше или хуже других», а сравнивался с самим собой: я сегодня стал лучше, чем вчера, а завтра постараюсь стать лучше, чем сегодня. Однако для этого задания должны быть реальными и стимулировать учащихся к активной работе.

Здоровьесберегающие технологии в физическом воспитании.

учёт индивидуальных особенностей ребёнка

учет имеющихся у ребенка заболеваний

обеспечение такого подхода к образовательному процессу, который гарантировал бы поддержание только благоприятного морально-психологического климата в коллективе

не допускать чрезмерной изнуряющей физической, эмоциональной, нагрузки при освоении учебного материала

Использование некоторых элементов физической культуры в других предметных областях.

предупреждение раннего умственного утомления и восстановление умственной работоспособности активизацией мозгового кровообращения и переключением внимания

устранение неблагоприятных последствий длительного растяжения и расслабления мышц спины, отвечающих за осанку и другое

устранение застойных явлений в кровообращении и дыхательной системе упражнениями в глубоком дыхании и в ритмичных чередованиях сокращений и расслаблений мышц

Санитарно-гигиенические требования .

Санитарно-гигиенические требования к спортивным залам

Санитарно - гигиенические требования к открытым спортивным площадкам

Санитарно-гигиенические требования к инвентарю и оборудованию

Здоровье ученика в норме, если:

в физическом
плане - умеет
преодолевать

усталость,

здоровье
в эмоциональном
плане - позволяет ему
справляться с

уравновешен,
способен

удивляться и
в социальном
плане - он
восхищаться

коммуникабелен,

общителен

в нравственном

плане - честен
интеллектуальном

самокритичен
плане - проявляет
хорошие

умственные

способности,
наблюдательность,
воображение,
самообучаемость