


# Здоровьесберегающие технологии в преподавании физической культуры



Листраткина Ируте Владо,

учитель гимназии № 446

# Задачи петербургской Школы:

Реализация инициативы «Наша новая школа», направление «Здоровье в школе» Стратегии развития системы образования Санкт-Петербурга на 2011-2020 гг. «Петербургская школа 2020»



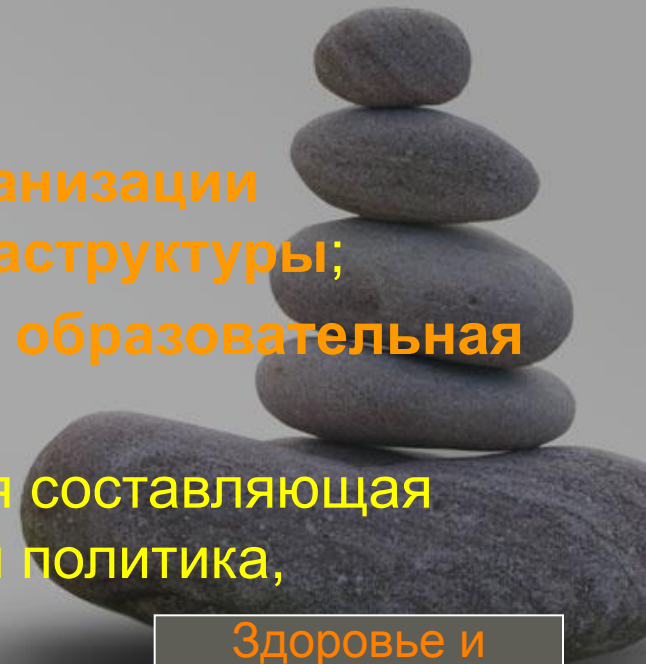
# Задачи петербургской Школы:

«Необходимо построить в петербургской Школе здоровьесозидающую образовательную среду (ЗОС), функционирующую на основе идеологии культуры здорового образа жизни, организации здоровьесозидающего уклада, ввести показатели динамики здоровья детей при оценке результатов деятельности образовательного учреждения»

# Задачи петербургской Школы:

«ЗДОРОВЬЕ В ШКОЛЕ»: переход от принципа желаемого «сохранения здоровья в школе» к принципу необходимого и обязательного «сохранения здоровья в школе», формирование философии «здоровая школа – в здоровье каждого»:

- создание комфортной Школы через **здоровьесберегающие технологии организации образования и образовательной инфраструктуры;**
- сохраняющие здоровье **учебный план и образовательная среда;**
- здоровье тела и духа: межведомственная составляющая программы (**спорт**, культура, молодежная политика, здравоохранение, образование);



Здоровье и спорт

# Основные мероприятия здоровьесберегающей деятельности в школе:

- организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;
- реализация системы просветительской работы с обучающимися по формированию культуры отношения к своему здоровью;
- повышение уровня образованности в области физической культуры, спорта и здорового образа жизни;
- формирование у школьников устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом и навыков здорового образа жизни;
- развитие и саморазвитие личности ребёнка через интегрированное и проектное обучение основам здорового образа жизни.

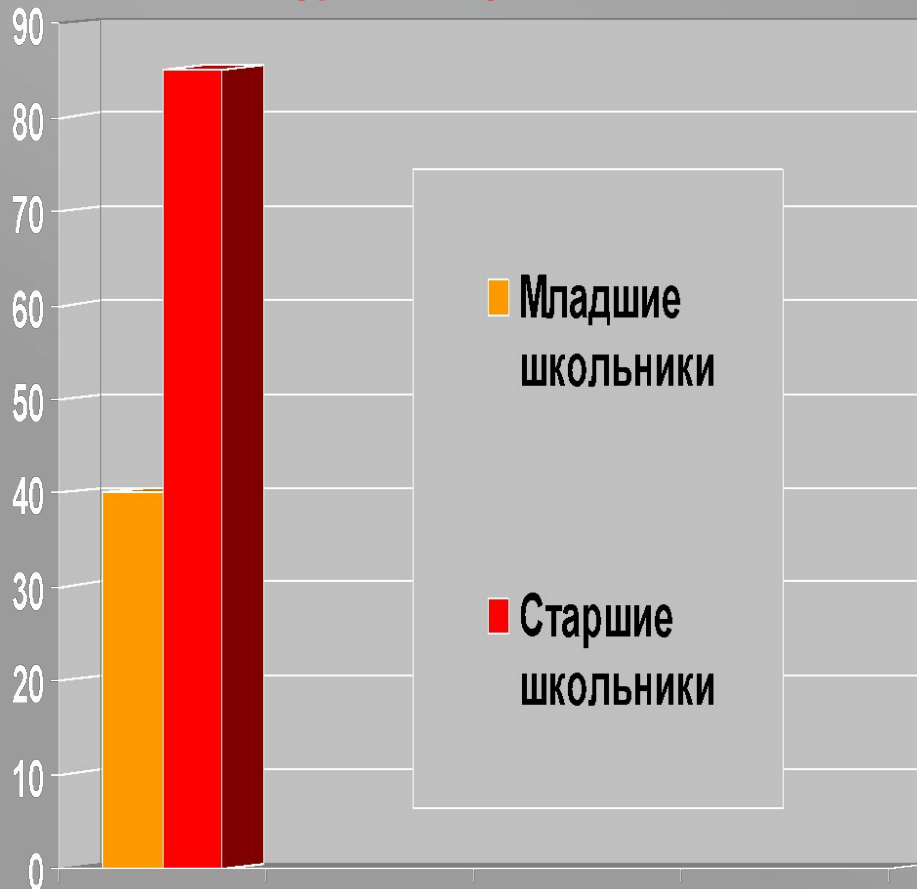
# Здоровье школьников: проблемы

Больше 50 процентов школьников России и Санкт-Петербурга имеют проблемы со здоровьем, а к моменту получения аттестата полностью здоровыми остаются лишь 10 процентов выпускников.



# Гиподинамия

## Недостаток движения у школьников



# Здоровье школьников: проблемы дефицита двигательной активности

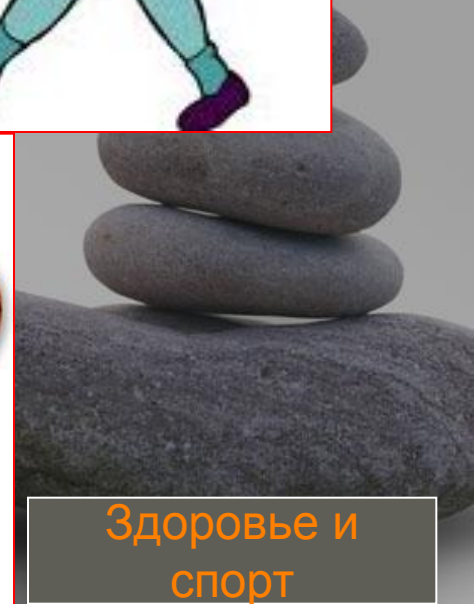
Недостаток движения запускает стресс, вялость, апатию, проблемы с иммунитетом, переутомление и заболеваемость.





# Здоровье школьников: проблемы дефицита двигательной активности

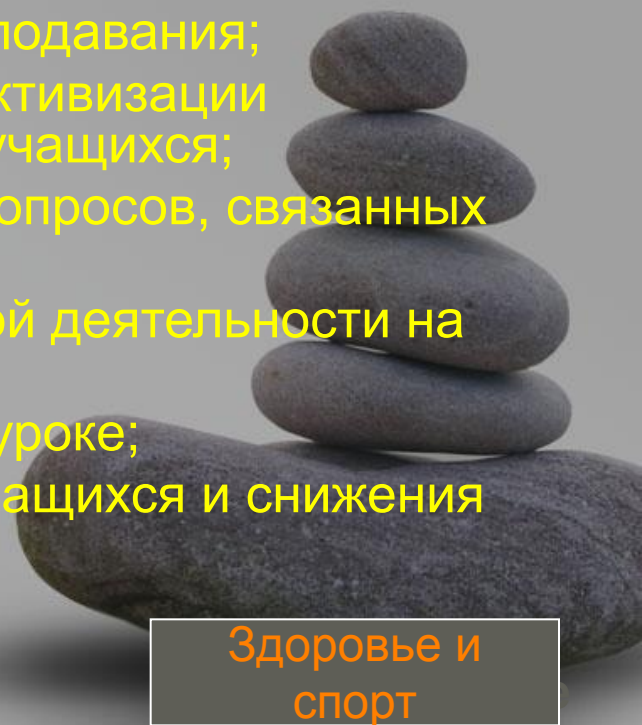
Снизить заболеваемость школьников можно за счет грамотной реализации программы **здоровьесбережения** на уроках физической культуры.



Здоровье и спорт

# Показатели эффективного использования здоровьесберегающих технологий в преподавании физической культуры

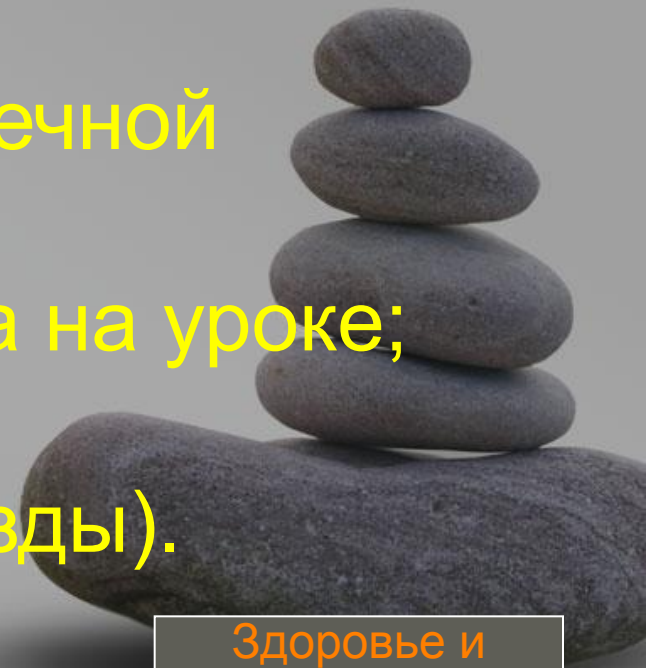
- Гигиенические условия в спортивном зале и на спортивной площадке;
- Число видов учебной деятельности, используемых учителем;
- Средняя продолжительность и частота чередования различных видов физической деятельности;
- Число использованных учителем видов преподавания;
- Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся;
- Включение в содержательную часть урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни;
- Наличие у учащихся мотивации к физической деятельности на уроке;
- Благоприятный психологический климат на уроке;
- Предупреждение наступления утомления учащихся и снижения их физической активности;
- Темп и особенности окончания урока.



Здоровье и спорт

# Способы мотивации физической деятельности для здорового образа жизни:

- Повышение интереса к занятиям;
- Совершенствование физического развития;
- Радость от активной мышечной деятельности;
- Создание ситуации успеха на уроке;
- Внеучебная деятельность (соревнования, игры, выезды).



Здоровье и  
спорт

# Здоровьесберегающие образовательные технологии

Это совокупность приемов, форм и методов организации обучения школьников без ущерба для их здоровья

Качественная характеристика любой педагогической технологии определяется критериями ее воздействия на здоровье учащихся и педагогов.



# Виды здоровьесберегающих технологий

**МЕДИКО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ** (включают комплекс мер, направленных на соблюдение надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПинНов, проведение занятий лечебной физкультурой, мониторинг состояния здоровья учащихся, выделение групп медицинского риска).

**ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ** (направлены на физическое развитие учащихся: тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств. В основном реализуются на уроках физкультуры (дополнительный третий час физкультуры) и в работе спортивных секций).

**ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ** (помогают воспитывать у школьников любовь к природе, стремление заботиться о ней, приобщают учащихся к исследовательской деятельности в сфере экологии, формируют личность, укрепляют духовно-нравственное здоровье учащихся, реализуются во время выездов).

# Спасибо за внимание!

## Занимайтесь спортом и будьте здоровы!



504. Голованов Л.  
Молодежь — на стадионы! 1947



Здоровье и  
спорт