

***« Оздоровление нации как актуальная
проблема теоретической и
практической педагогики »***



***МБОУ Школа №12
г.о. Самара
Автор: учитель
физической культуры
Тыряева Н.В.***



АКТУАЛЬНОСТЬ

статистические показатели последних лет:

- при поступлении в первый класс – только 24,8% детей можно считать здоровыми;
- по окончании школы – 10–12%;
- 70% детей подросткового возраста - имеют хронические заболевания.



Факторы, влияющие на здоровье человека:

- Экологические – 20 - 25%
- Биологические (наследственные) – 20%
- Система здравоохранения – 10%
- Образ жизни – 50 – 55%

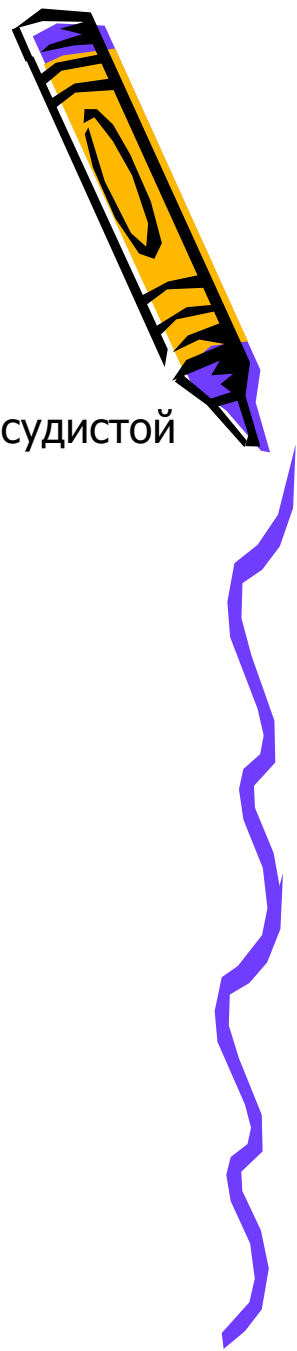


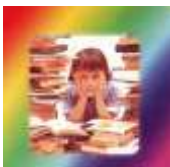
Цель программы:

- Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни.
 - Сохранение, укрепление и формирование здоровья детей.
 - Повышение мотивации к занятиям массовым спортом.
 - Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы.
- и пр.

Объекты:

1. Дошкольники и учащиеся школы.
2. Родители учащихся и (или) их законные представители.
3. Педагогические коллективы, медицинские работники школы и города.
4. Общественные организации города.





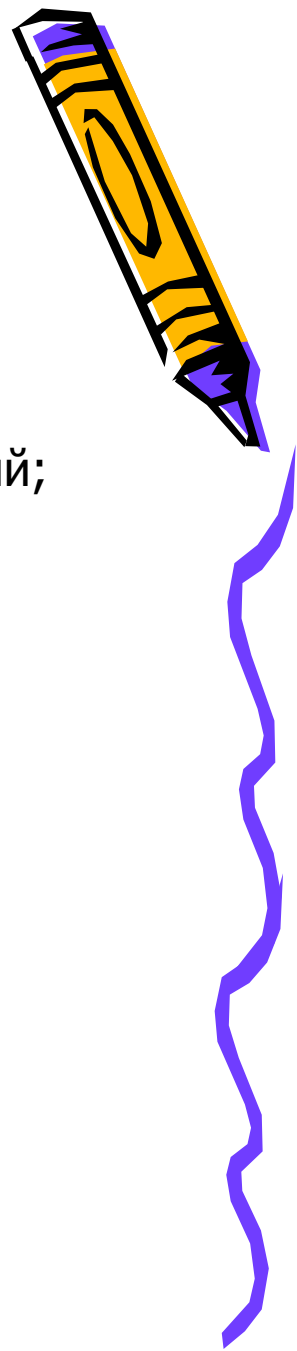
Просветительская и профилактическая работа с участниками образовательных отношений



Разумное использование и применение подвижных, оздоровительных игр, игровых упражнений и комплекса общеукрепляющих упражнений, игр спортивного характера, ритмики, детского фитнеса, аэробики и др. – должно стать инструментом действенного снижения негативных последствий учебной перегрузки, увеличения уровня ежедневной двигательной активности младших школьников, совершенствования их физических и интеллектуальных способностей, повышения психоэмоциональной устойчивости и адаптационных резервов организма с тем, чтобы в конечном счете способствовать сохранению и укреплению здоровья.



Методы применяемые в работе



1. Метод наглядности;
2. метод целостного выполнения упражнений;
3. метод игры;
4. метод от простого к сложному;
5. метод тестирования;
6. и пр.



Физкультурно - оздоровительная деятельность

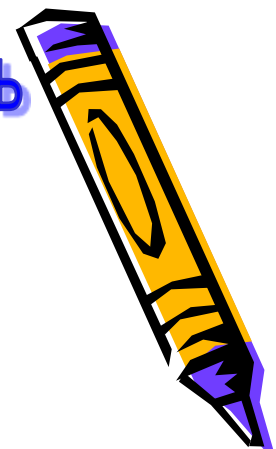
Направлена на физическое развитие
и укрепление здоровья каждого ребенка.

Спортивно - досуговая деятельность

Направлена на приобщение детей к спорту, включение и участие

в районных, городских и пр. соревнованиях, посещение детьми спортивных кружков и секций в свободное время. Воспитание потребности в движении и активном образе жизни.

Особенность: в школе организована система занятий физической культурой и спорта, включающая в себя проведение уроков физкультуры (3 часа в неделю), секционных занятий в спортивном зале (волейбольный клуб «Амонд», клуб спортивного туризма «Большая Медведица», отделение школы Олимпийского резерва по настольному теннису, фитнес-лаборатория). Занятия в тренажерном зале, на открытой спортивной площадке, а также проводится организация участия команд школы по различным видам спорта (в т.ч. и выездных соревнованиях).



Утро начинается с зарядки



Более быстрому переходу организма от состояния сна к бодрствованию способствует утренняя гимнастика, которая помогает школьнику активно включаться в работу с утра, воспитывает волевые качества характера. Как и все физические упражнения, утренняя гимнастика укрепляет здоровье школьника, повышает сопротивляемость организма к заразным и простудным заболеваниям, содействует воспитанию правильной осанки.

- **Особенность:** в мероприятиях активное участие принимают волонтеры и сами учителя.



Подвижные игры

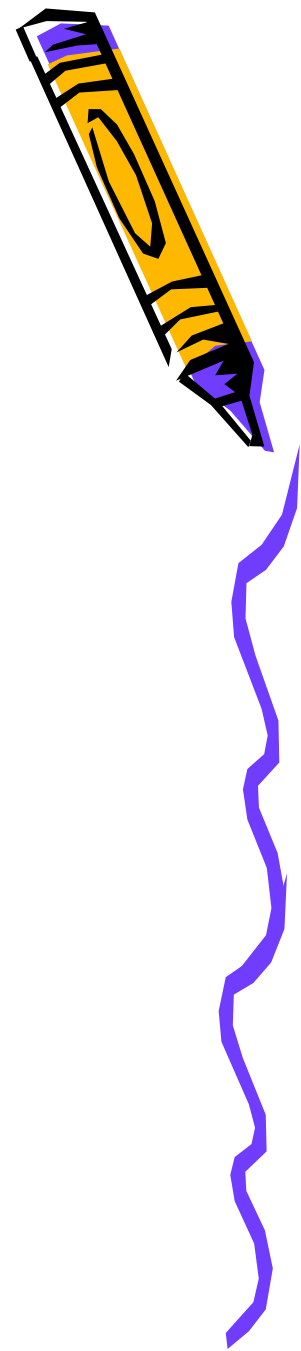
Биологическое значение движения для растущего и развивающегося организма имеет особое значение, как фактор, способствующий физическому развитию и укреплению воспитанию личности в целом.



Соревнования



Настольные игры



Игры на воздухе





Конкурсы рисунков на валеологическую тему



Внедрение фитнес-аэробики в образовательный процесс МБОУ Школы №12



В 2011 году (в рамках эксперимента) директором МБОУ Школы №12 Горячевой Е.В. была введена фитнес-аэробика. Это новшество с радостью восприняли учащиеся и их родители.

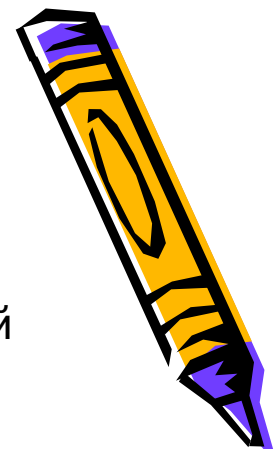
Автор программы, руководитель экспериментальной площадки по фитнес - аэробике учитель физкультуры Пыряева Н.В. проводит для уча-ся интересные игровые, танцевальные и силовые уроки, которые оказывают благотворное влияние на укрепление здоровья учащихся, их физическое и умственное развитие.



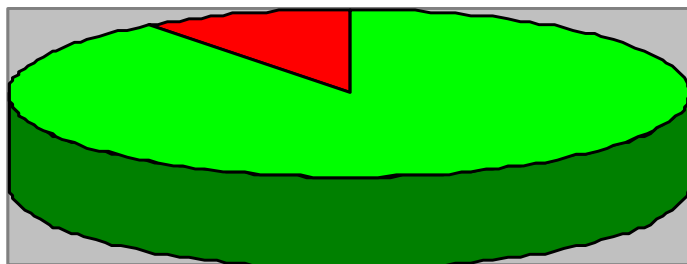
Фитнес - аэробика в МБОУ Школа № 12 г. о. Самара



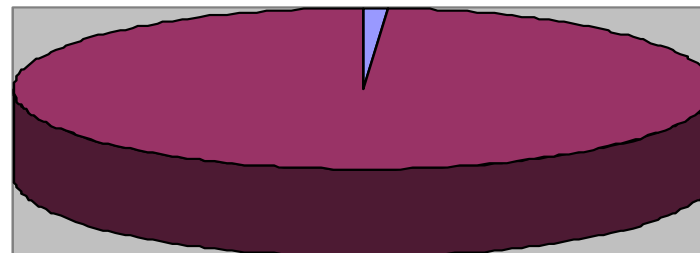
Результаты эксперимента на конец 2015 -2016 учебного года



- На 9 % снизилась заболеваемость учащихся ОРЗ и ОРВ.
- Пропуски уроков физической культуры снизились на 15 %.



■ здоровье
■ заболеваемость детей



■ пропуски уроков
■ посещаемость уроков

- Охват, участвующих в соревнованиях, по ступеням:
1 ступень – 83%;
2 ступень – 68 %;
3 ступень – 94% (девушки).
- Интерес учащихся к занятиям спортом возрос на 25 %.



Результаты внедрения фитнес-аэробики



- Потребность в здоровом образе жизни учащихся выросла на 35 %.
- 100% учащихся отметили, что получают удовольствие и хорошее настроение на занятиях по физкультуре, (что положительно сказывается на учебе).
- Опрос учащихся показал, что все школьники (100%) - приветствуют новую форму урока физической культуры и что они хотели бы продолжить обучение по этой программе.
- У школьников повысилась мотивация к занятиям массовым спортом на 56 %.
- На 26% расширились знания, умения, навыки в области фитнеса, а также повысился уровень индивидуальных способностей.



Вывод:

В результате нескольких лет внедрения данной программы можно сделать вывод, что реализация задач здорового образа жизни и всей системы учебно-воспитательной работы невозможна без тесного сотрудничества родителей, педагогов, администрации, медицинских работников, поваров и других категорий работников школы.

- **Эффективные результаты может дать только комплексный подход к ее решению!**

По нашему мнению, формирование у школьников потребности в здоровом образе жизни на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения.



Спасибо за внимание!

