**МБОУ-СОШ №3 им.С. Орджоникидзе**

**Выступление на школьном педагогическом совете**

**Тема:**

**«Здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры в общеобразовательных школах»**

**Учитель физической культуры**

**Горошко Александр Петрович**

**г. Клинцы**

**декабрь 2013 г.**

**Здоровье- бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. В последнее время очевиднее становится катастрофическое ухудшение здоровья учащихся. Наряду с неблагоприятными социальными и экологическими факторами в качестве причины признается и отрицательное влияние школы на здоровье детей.**

**За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза, число близоруких детей увеличивается с 1 класса к выпускным с 3,9% до 12,3%, с нервно-психологическими расстройствами – с 5,6% до 16,4%, с нарушениями осанки с 1,9% до 16,8%. Одна из самых частых патологий у школьников – нарушение остроты зрения. Охрана зрения школьника должна быть направлена не только на предупреждение близорукости, но и на сдерживание ее прогрессирования.**

**Таким образом, перед нами стоит задача сохранения и укрепления здоровья учеников после поступления в школу, когда возрастает психологическая и физическая нагрузка на детский организм.**

**Эффективность воспитания и обучения зависит от состояния здоровья детей.**

**Главная задача учителя физической культуры – сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Физическая культура – единственный предмет в школе, который выполняет именно эти задачи.**

**В своей работе я применяю современные психолого-педагогические теории обучения, воспитания и развития личности, использую активные методы обучения и воспитания с учётом личностных особенностей каждого обучающегося.**

**Моя работа направлена на:**

* **формирование и развитие физической культуры личности,**
* **-сохранение здоровья учащегося,**
* **привитию учащимся знаний по здоровому образу жизни.**

**Исходя из вышеизложенного, обучающийся должен:**

* **знать основы физической культуры, историю развития физической культуры и спорта в России, вести здоровый образ жизни;**
* **уметь технически правильно осуществлять двигательные действия, проводить самостоятельные занятия по физической культуре, соблюдать правила безопасности при занятиях, оказывать первую помощь себе и пострадавшим.**

**Для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач урока:**

* **развиваю и совершенствую у учащихся жизненно важные навыки и умения в ходьбе, беге, прыжках и метаниях;**
* **обучаю подвижным играм и упражнениям базовых видов спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры);**
* **обучаю технике двигательных действий в базовых видах спорта;**
* **развиваю физические качества учащихся;**
* **использую оптимальную нагрузку;**
* **провожу инструктаж по охране труда;**
* **осуществляю контроль за физическим состоянием учеников;**
* **на теоретических занятиях рассматриваю вопросы здорового образа жизни;**
* **воспитываю чувства товарищества на занятиях в группах, командах, помощи и взаимопомощи в работе в парах.**

**Для реализации учебной программы я использую:**

**Методы:**

* **словесные (рассказ, беседа, объяснение);**
* **наглядные (демонстрация правильного выполнения упражнений);**
* **практические(выполнение двигательного действия), самостоятельная, индивидуальная работа.**

**Приёмы:**

* **работа в парах, командах;**
* **самостоятельная работа;**
* **дифференцированный выбор заданий;**
* **объяснение;**
* **показ;**
* **контроль за состоянием здоровья учащихся.**

**Способы организации учебной деятельности:**

* **фронтальный (упражнения выполняются всеми учениками одновременно);**
* **групповой (упражнения выполняются одновременно несколькими группами);**
* **индивидуальный(отдельные ученики получают задания и самостоятельно выполняют их);**
* **поточный (ученики выполняют упражнения друг за другом).**

**Это позволяет мне, начиная с 1-го класса, постепенно вовлекать учащихся в процесс совершенствования собственных физических возможностей.**

**Главная цель всей моей работы – сохранение здоровья учащихся, и в том числе через повышение двигательной активности учащихся и развитие мотивации к занятиям физической культурой.**

**Для решения поставленной цели я применяю:**

* **дифференцированный и индивидуальный подход (задания подбираются в соответствии с уровнем физической подготовки учащихся);**
* **вовлекаю учащихся в соревновательную деятельность (включение элементов соревнований при проведении уроков);**
* **развиваю самостоятельность (через привлечение учащихся к подбору упражнений и проведению разминки);**
* **провожу нестандартные уроки (урок-соревнование, урок-турнир, урок-конкурс).**

**В структуре уроков физической культуры применяются следующие элементы здоровьесберегающих технологий:**

* **своевременность и правильность постановки задач в освоении здорового образа жизни; учет нагрузки, исходя из возрастных особенностей и работоспособности обучающихся;**
* **умение правильно планировать и сочетать компетентности в обучении;**
* **оптимальность распределения учебного материала по мере его освоения;**
* **использование наиболее приемлемых методов и средств управления учебной и внеучебной деятельностью обучающихся;**
* **создание благоприятной эмоционально-психологической атмосферы в процессе обучения;**
* **квалифицированное медицинское сопровождение;**
* **моделирование исследовательской работы по здоровьесбережению в области образования;**
* **воспитание у обучающихся потребности в непрерывном самообразовании и самосовершенствовании в области здорового образа жизни;**
* **создание оздоровительных и консультативных центров здорового образа жизни в общеобразовательных учреждениях;**
* **систематическая работа с родителями, коллегами по данному вопросу.**

**Пока еще здоровый образ жизни не на вершине пирамиды ценностей у наших школьников. Но именно учитель, личным примером и своим мировоззрением должен научить детей с раннего возраста беречь, ценить и укреплять свое здоровье.**

**Ведь главное, чему должен научиться ученик, выйдя из стен школы – умению адаптироваться в обществе, раскрыться как творческая Личность и быть достойным Гражданином своей страны.**

**В завершение своего выступления, подытоживая вышесказанное, хочу добавить, что в перспективе хотелось бы, чтобы в школах, кроме функционирующего медицинского кабинета работали еще стоматологический и физиотерапевтический кабинеты для оказания каждодневной помощи школьникам и педагогам, проводились бы занятия по лечебной физкультуре, а также работал фитобар и кабинет «горного воздуха».**

**Все это в целом помогло бы эффективно сопровождать здоровье учащихся в учебно-воспитательном процессе.**

**------------**