|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| В настоящее время каждый педагог должен знать, что обучение, воспитание и здоровье - это неразрывно связанные и друг на друга влияющие категории.  **Актуальность** темы предопределена тем, что здоровье – основная ценность человека, именно в школьном возрасте закладываются основы здоровьесберегающего мышления и поведения личности.  **Цель:**обобщить изученные материалы по данной теме; выявить пути и способы формирования культуры здоровья, применить их во **внеурочной деятельности.**  **Задачи:**  1.Обобщение передового педагогического опыта по данной теме.  2.Активное использование здоровьесберегающих технологий в деятельности учителя физической культуры.  3. Обучение принципам ЗОЖ и здоровьесбережения учеников на уроках и во **внеурочное время** через использование различных методик по оздоровлению.      **«Перестрелка».** Дети делятся на две равные группы, встают друг против друга на расстоянии 3—4 м и начинают перебрасывать мяч друг другу. Если ребенок не поймал мяч, он переходит в другую команду и встает за игроком, который бросил ему мяч. Выигрывает та команда, в которую больше перешло игроков.  http://allforchildren.ru/games/img/g2.gif | **Под внеурочной деятельностью** в рамках реализации ФГОС НОО следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.  **Внеурочные занятия** - одна из эффективных форм организации свободного времени обучающихся и увеличения их двигательной активности.  Упражнения для формирования координации движения: «Лесенка», «Ступенька» и «Обручи». Данные упражнения необходимы для физической подготовки к спортивным играм, таким как пионербол, волейбол, баскетбол и футбол.  **«Лесенка».** Верёвочную лестницу положить на пол и учащиеся должны по команде учителя выполнять движения на координацию: шаг влево, вправо, вперед, через клетку и т. д.  **«Ступенька».** Упражнения похожи на предыдыщие, только дети встают на возвышенную поверхность в виде бруска как на ступеньку.  **«Обручи».** Принцип данного упражнения похож на « классики». Дети прыгают в кольце одной или двумя ногами.  **Быть здоровым – это естественное желание человека.**  https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/9/9c/Stamps_of_Russia_2012_No_1559-61_Mascots_2014_Winter_Olympics.jpg/320px-Stamps_of_Russia_2012_No_1559-61_Mascots_2014_Winter_Olympics.jpg | **Игры** должны быть несложными, заранее разученными и умеренно эмоциональными.  **Подвижные игры: «Перестрелка», «Самый ловкий», «Ящерица» и т.д.**  **«Самый ловкий».** Участники игры делятся на две группы и встают друг против друга. Посередине площадки, между играющими, проводят линию. Водящий встает на линию, по его сигналу дети начинают перебрасывать мяч друг другу. Тот, кто поймал мяч, быстро бросает его в водящего. Если промахнется, то встает на линию и начинает водить. Если мяч попадет в водящего, то все играющие разбегаются, а водящий старается запятнать убегающих. Тот, кого он запятнал, встает на место водящего. Если же водящий промахнулся, то встает на линию и продолжает водить.  Игра 'Самые ловкие'  Муниципальное  Общеобразовательное учреждение  Смышляевская средняя  Общеобразовательная школа №1  «ОЦ» муниципального района Волжский  Самарской области  **«Здоровьесберегающие технологии в начальной школе во внеурочной деятельности».**  Учитель физической культуры  Кашин Ю.А.  http://allforchildren.ru/games/img/g3.gif  2014 г. |