

Здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры

Розов П. М.

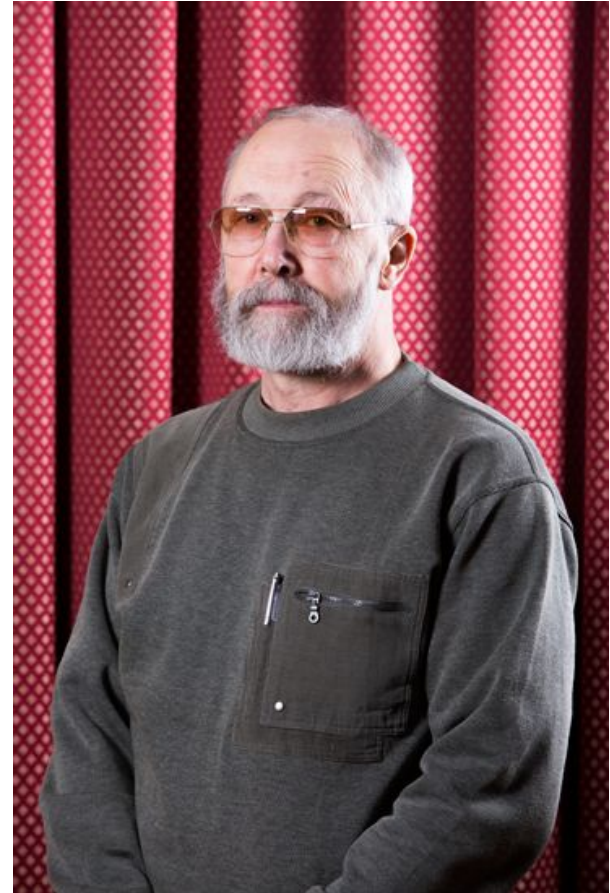
Здоровье -

не только
отсутствие
болезни, но и
состояние
полного
физического,
психического и
социального
благополучия.



Здоровьесберегающие ТЕХНОЛОГИИ

Родоначальник понятия -
профессор Никита
Константинович Смирнов
(чл.-корр. Международной
педагогической академии,
заведующий кафедрой
психолого-педагогических
технологий охраны и
укрепления здоровья АПК
иПРО Минобразования
России



Здоровьесберегающие образовательные технологии

качественная характеристика любой образовательной технологии, с точки зрения ее безопасности для здоровья, и совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

Негативные для здоровья факторы

- Гигиенические факторы, связанные с условиями в образовательном учреждении;
- Организационно-педагогические, связанные с работой школы;
- Психолого-педагогические, касающиеся работы педагогов, администрации и сотрудников.

Педагог



Ученик

Здоровьесберегающие образовательные технологии

- это совокупность всех используемых в образовательном процессе приемов, методов, технологий, не только оберегающих здоровье учащихся и педагогов от неблагоприятного воздействия факторов образовательной среды, но и способствующих воспитанию у учащихся культуры здоровья.

Образовательный процесс

- Без вреда для здоровья;
- Использование соответствующих методов, технологий, приемов, которые оберегают и укрепляют здоровье всех участников процесса;
- Воспитание
- культуры здоровья.



ЗА ЗДОРОВЬЕ В ОБРАЗОВАНИИ

Здоровьесбережению способствуют:

Индивидуальный
подход

Отсутствие
авторитаризма со
стороны педагогов и
администрации

Интерес учащихся к
школе вообще и к
конкретным
предметам в
частности

Использование
активных
методов и форм
обучения

Достаточная
физическая
деятельность

Формирование
высокой
познавательной
активности

Творческий
характер
учебного
процесса

Здоровье

Интерес



Понимание



Активность

Цель учителя -

укрепление и
сохранение здоровья
учащихся средствами
физической культуры.



Условия для сохранения здоровья

```
graph TD; A[Условия для сохранения здоровья] --- B[Оптимальный гигиенический режим]; A --- C[Оздоровительные силы природы]; A --- D[Оптимальный двигательный режим];
```

Оптимальный
гигиенический
режим

Оздоровительные
силы природы

Оптимальный
двигательный
режим

Виды здоровьесберегающих технологий на уроках физкультуры:

Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ) направлены на тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически слабого.



Виды здоровьесберегающих технологий на уроках физкультуры:

Образовательные
здоровьесберегающие
технологии:

- Организационно-педагогические;
- Психолого-педагогические;
- Учебно-воспитательные.



Виды здоровьесберегающих технологий на уроках физкультуры:

Защитно-
профилактические



Стимулирующие



Мониторинг физической подготовленности

- Выявление состояния физического развития.
- Совершенствование подготовленности учащихся.
- Анализ результативности.



