

**Реализация здоровьесберегающих технологий
во внеклассной
деятельности**

**«Здоровье до того перевешивает
все остальные блага,
что здоровый нищий счастливее
больного короля»**

А.

Шопенгауэр

Данные состояния здоровья учащихся 3 класса

Группы здоровья	ФИО учащихся
основная	Евстропов Илья Лагутин Максим Осипов Семён Фонарёв Саша
подготовительная	-
специальная	Афанасьев Женя

Данные о заболеваниях

Заболевания	ФИО учащихся
Сколиоз	-
Нарушение осанки	Афанасьев Женя
Снижение зрения	-
Хронические заболевания НСТ	Евстропов Илья Лагутин Максим Осипов Семён Фонарёв Саша Афанасьев Женя
Здоровы	Евстропов Илья Лагутин Максим Осипов Семён Фонарёв Саша

Оздоровление детей в танцевальных кружках и спортивных секциях

Внеклассная деятельность	ФИО учащихся
Секция «Лёгкая атлетика»	Евстропов Илья Лагутин Максим Фонарёв Саша

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей через приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Продолжать изучать учебную, справочную, научно-методическую литературу по вопросу здоровьесбережения.
2. Учиться моделировать работу на основе изученных видов, приемов и методов здоровьесбережения (комплексы дыхательной гимнастики, гимнастики пробуждения, подвижные игры, физкультминутки).
3. Направить жизнедеятельность обучающихся на сохранение и укрепление здоровья.
4. Разработать прогулки для подготовительного группы по временам года.
5. Систематизировать изученную литературу.

Подвижные игры





Дыхательные упражнения



Упражнение для улучшения осанки



Наблюдение за рыбками



Гимнастика после дневного сна



Гигиенические и волные



Физкультурно – спортивные праздники и дни здоровья

