

Проект

Организация физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня школьника


Цель

- Определить наиболее эффективные способы физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня школьника.

Задачи:

- Изучить теоретические подходы к проблеме
- Выявить методы диагностики состояния здоровья детей
- Разработать технологическую модель физ-оздоровительной работы , направленную на формирование двигательного режима учеников.
- Апробировать модель в условиях эксперимента.
- Описать результаты работы.





Проблема: как организовать физкультурно-оздоровительную работу, которая способствовала;

- формированию устойчивой мотивации к здоровому образу жизни;
- достижению необходимого уровня психофизического здоровья
- созданию необходимого двигательного режима школьника.

Реализация проекта обеспечит достижение следующих результатов:



- Обеспечит учащимся большим объёмом двигательной активности.
- Подведёт школьников к выполнению дифференцированно-возможных для него индивидуальных результатов.
- Повысит тренированность учащихся.
- Позволит предотвратить переутомление и повысить общую работоспособность.
- Способствует тому, чтобы какие-либо отклонения в здоровье учащихся не перешли в стойкие изменения.
- **сформировать мотивацию на здоровый образ жизни.**

Необходимые условия для реализации проекта:

- Целостная аргументированная позиция государства, от которой зависят перспективы здоровья народа.
- Переориентация всех участников пед. процесса на здоровый образ жизни.
- Школа должна стать мощным физкультурно-оздоровительным центром
- Сохранение, укрепление здоровья учащихся – цель функционирования общеобразовательного учреждения.

Направления работы

- I Блок
работа с учащимися.

II Блок

- Работа с родителями.

III Блок

- Работа с педагогическим коллективом.

1. Создание благоприятного физ-озд. Режима
2. Соблюдение сан-гигиен. Норм и режима питания
3. Организация досуга.
4. Составление индивидуальных карт.
5. Валеологизация расписания.
6. Составление комплексов д/з по принципу персонификации.
7. Привлечение род. К участию в оздоровительных мероприятиях.
8. Организация практических занятий.
9. Составление индивидуальных карт здоровь
10. Мотивация учителей на здоровый образ жизни.
11. Разработка комплексов физкультминуток.
12. Проведение анкетирования учителей.
13. Выступление на пед. советах по организации озд. программ

Модель физкультурно-оздоровительной работы

$120+80+60+105+80+60+150=655$

делим на 40мин, получаем 16 акад часов в неделю, делим на 7, имеем результат, равный примерно норме двигательной активности, т.е 2 усл. Урока ежедневно

