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 учащихся 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 позициягосударства, 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.

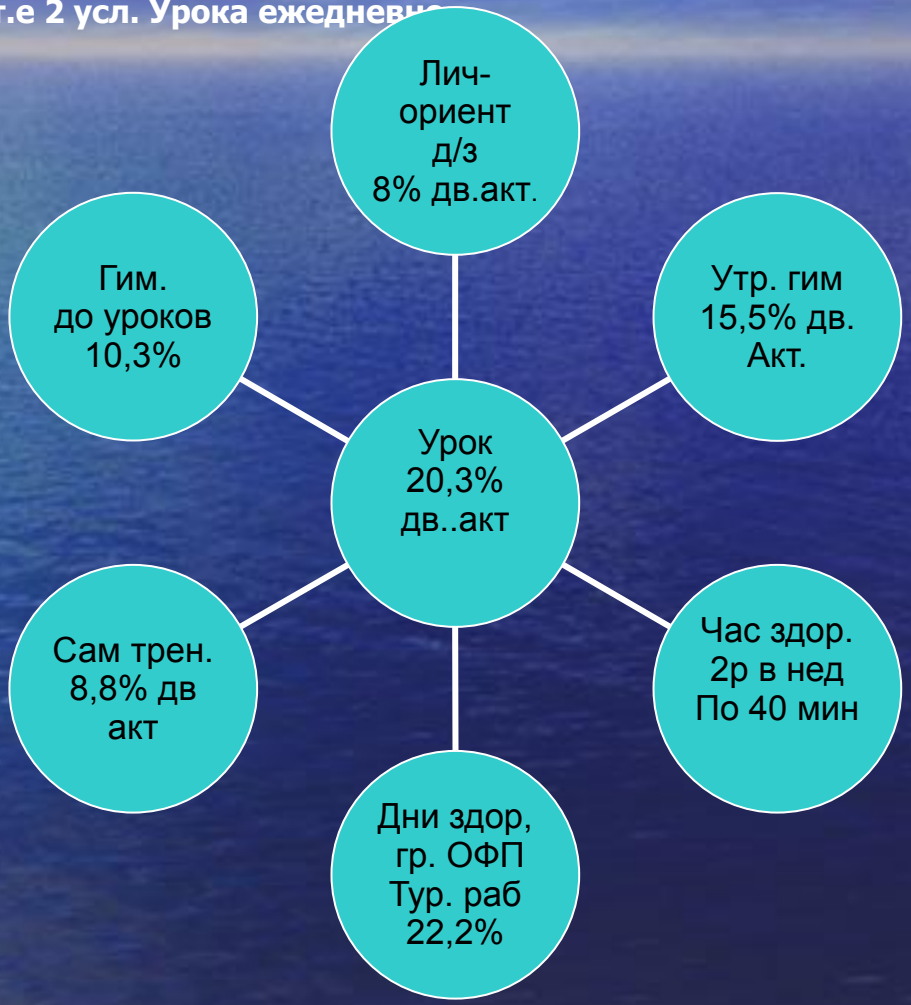
Направления работы

- 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