

ОТЧЕТ ПО ПРОГРАММЕ « ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ»



Работа по программе «Паспорт здоровья» была начата 26.01.2009 году. За этот период в школе проводилась следующая работа.

Цели

- 1. Содействие администрации и педагогическому коллективу учреждения в создании условий , гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья обучающихся.
- 2. Содействие всем участникам образовательного процесса в приобретении знаний , умений, навыков, необходимых для формирования устойчивой мотивации на здоровье и здоровый образ жизни.

Задачи

- -Формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных, психофизиологических особенностях и резервных возможностях организма обучающихся.
- - Разработка рекомендаций по оптимизации образовательного процесса основе здорового образа жизни и проведения занятий физической культурой.
- - Разработка и проведение мероприятий , направленных на сохранение здоровья обучающихся, на обучение их здоровому образу жизни.
- - Создание условий для формирования у школьников ценностного отношения к своему здоровью, навыков ведения здорового образа жизни.
- - Подготовка и предоставление справочной информации по вопросам сохранения и укрепления здоровья, интересующих школьников и их родителей.

Этапы работы «паспорта здоровья»

- Направление « Паспорт здоровья» это многокомпонентное педагогическое средство сохранения и укрепления здоровья школьника. Работа над паспортом здоровья состоит из нескольких этапов:



1 этап

- ▣ 1 этап внедрения – ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ этап (26.01.2009 – май 2009 год), где ставились цели , формировались задачи , накапливался материал для дальнейшей работы.

2 этап

- ▣ 2 этап внедрения – ДИАГНОСТИКИ (2009-2010 год) .На этом этапе результатом нашей деятельности было проведение диагностики качества здоровья(по физической подготовленности – пяти физических качеств(быстроты , выносливости, силы , координации , гибкости)у школьников на начало учебного года и конец учебного года, а также оформление листов здоровья на учащихся 1– 4 классов

3 этап

- ▣ 3 этап ПРАКТИЧЕСКИЙ с 2011- 2018 год .
Это разработка рекомендаций и внедрение в практику учебного процесса и дополнительных занятий (самотренировке). Более подробно остановлюсь на этапе.

Самостоятельные занятия физической культурой

- ▣ Одной из важнейших составляющих здорового образа жизни является потребность в двигательном режиме. Это не только занятия на уроках физической культуры, но и дополнительные занятия физическими упражнениями в виде самостоятельной деятельности вне школы..Одной из форм самостоятельных занятий могут и должны быть домашние задания по физической культуре. Наша задача убедить ребенка в том , что это может укрепить и сохранить здоровье , что это не принудительный труд, а одна из форм активного отдыха.
- ▣ Первой ступенью на этом пути является - заинтересовать ребят, причем в практической работе учителю важно , имея дело с различными по возрасту контингентами учащихся , различать непосредственный интерес (интерес к самому процессу деятельности) и опосредованный (интерес к результату деятельности), т. е. решать поставленную цель.

цель

- Цель – это конечный результат, который необходимо достигнуть в итоге занятий физической культурой (это может быть занятия для укрепления здоровья . повышение уровня развития отдельных двигательных качеств, двигательной подготовленности , закаливание, улучшение телосложения).
- Уже с младшего школьного возраста учащиеся должны получать определенные домашние задания для самостоятельной работы , начиная с введения в режим дня – зарядки, физкультпауз, физкультминуток во время приготовления домашних заданий, а также выполнение домашних заданий по физкультуре. Ученик должен самостоятельно научиться выполнять . подбирать , контролировать, оценивать свои действия , оценивать качество своего здоровья.

Ученик должен уметь

- ▣ - Вести дневник самоконтроля.
- ▣ -Определять физическую работоспособность.
- ▣ -Следить за процессом восстановления после нагрузок.
- ▣ Учитель вместе с учениками должны оценить результаты любой самостоятельной деятельности, сопоставлять достигнутые результаты с поставленной целью.

Итого работы по программе «паспорт здоровья»

- ▣ А. Комплексы ОРУ для самостоятельной работы
- ▣ Б. Рекомендации для учащихся по самостоятельной тренировке.
- ▣ В. Разработаны тестовые задания по различным разделам урока физкультуры.
- ▣ Г. Создана и принята программа здоровье сбережения «Здоровым быть здорово».
- ▣ Д. Созданы методики диагностики и самоконтроля.
- ▣

Наши предложения

- ▣ Продолжить заполнение Паспорта здоровья для количественной оценки улучшения здоровья и повышения качества индивидуального здоровья.
- ▣ Продолжить мониторинг качества здоровья и физической подготовленности и делать сравнительный анализ этих показателей.
- ▣ Научить обучающихся составлять самостоятельно индивидуальные тренировки..