

«здоровье-сберегающие технологии на уроках физической культуры через подвижные, народные и спортивные игры»



**Работу выполнил:
учитель физической культуры
ГБОУ школы №464
Пушкинского района
Санкт-Петербурга
Куликов Егор Сергеевич**

2018 год

Д.А. Медведев:

«...уделить особое внимание урокам физкультуры в учебных заведениях. Развитие школьного спорта – часть глобального проекта по модернизации образования. Ведь это вопрос здоровья подрастающего поколения. А значит – стратегического развития страны».



Цель - укрепление
здоровья у учащихся 1-4
классов, посредством
использования на уроках
физической культуры
подвижных, народных и
спортивных игр.

Задачи:

1. Провести анализ методической литературы и существующей педагогической практики с целью отбора комплекса подвижных, народных и спортивных игр применимых к использованию в образовательном процессе.
2. Разработать систему использования подвижных, народных и спортивных игр в образовательном процессе с учётом возраста обучающихся и направленностью игр на развитие тех или иных качеств личности.
3. Провести апробацию системы использования подвижных, народных и спортивных игр на уроках физкультуры и во внеклассной работе по предмету.
4. Выявить степень влияния использования подвижных, народных и спортивных игр на эффективность укрепления здоровья.
5. Контролировать уровень физического развития.

уроки физической культуры



Образовательно-
познавательные

образовательно-
оздоровительные

образовательно-
тренировочные

Самостоятельные занятия физическими упражнениями

Составление комплекса упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Вид контроля

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.

Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Виды контроля:

В начале учебного года и в конце учителем физкультуры проводятся тесты по определению уровня физического развития учащихся (рост, вес, окружность грудной клетки).

Андрей Тихонов:



«Со спортом не нужно дружить, спортом нужно заниматься»