

**«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»**