**1 слайд Презентация педагогического опыта**

**2 слайд** : **Методическая тема** моего педагогического опыта «Сохранение здоровья подрастающего поколения и формирование здорового образа жизни»

Получен от природы дар –  
Не мяч и не воздушный шар,   
Не глобус это, не арбуз –  
Здоровье. Очень хрупкий груз!  
Чтоб жизнь счастливую прожить,   
Здоровье нужно сохранить.

**3 слайд** :**Актуальность** моей темы заключается в том,что здоровье и здоровый образ жизни пока не занимают первые места в иерархии потребностей человека нашего общества. Существенным фактором ослабления здоровья подрастающего поколения является гиподинамия. На фоне чего у детей появляются заболевания опорно-двигательного аппарата ,нарушения осанки, плоскостопие, снижение зрения.

**4 слайд** **. Цель моей работы**, как учителя физической культуры, создать оптимальные условия для гармоничного развития каждого моего ученика. Только здоровый человек может адаптироваться успешно к условиям окружающей среды.

**5 слайд.** **Задачи**. Для сохранения здоровья и формирования здорового образа жизни у школьников ставлю следующие задачи :

- воспитание бережного отношения к здоровью, активного приобщения к физической культуре и спорту.

-укрепление здоровья средствами физического воспитания и самостоятельными формами занятий физической культурой;

- воспитание потребности в здоровом образе жизни, отказ от вредных привычек.

**6 слайд** : Утро в нашей школе начинается с утренней зарядки .Не случайно говорят: утро определяет день. Утренняя гимнастика помогает приобрести бодрость, положительный настрой. Упражнения, выполняемые в комплексе утренней гимнастики, разнообразны. Они развивают силу, гибкость, ловкость, вырабатывают красивую осанку.

**7 слайд:** Динамические перемены не предназначены для решения задач физического совершенствования, а носят, главным образом, релаксационный и оздоровительный характер. Подвижные (динамические) перемены обеспечивают сохранение работоспособности на последующих уроках.

**8 слайд .** Здоровьесберегающий урок в нашей школе имеет следующие принципы:

1. Чередование видов деятельности.

2. Благоприятная обстановка на уроке.

3. Дозировка заданий.

4. Индивидуальный подход к каждому школьнику.

5 Занятия на свежем воздухе.. Уроки на свежем воздухе включают: лыжную подготовку, подвижные игры и другие, спортивно массовые мероприятия;

6.Воспитательная направленность занятия. Воспитательный эффект уроков физкультуры достигается и за счет индивидуальных возможностей обучающихся.

7. Дифференцированный подход это – правильно регулируемая нагрузка.

**9 слайд.** Активные методы обучения – это побуждение участия детей к активной и самостоятельной деятельности.

*- Урок-беседа*. Это теоретический урок, где разбираются правила поведения на уроках физкультуры, меры безопасности на занятиях спортивными играми и разделам учебной программы.

*- Урок-дискуссия*. Это тоже теоретический урок. Освобожденные от занятий физкультурой готовят сообщения (доклады)

-*Урок-экскурсия*. Проводятся в основном для первоклассников.

*- Урок–игра*. На занятиях проводятся подвижные и спортивные игры.. В это время проводятся наиболее понравившиеся школьникам подвижные и спортивные игры.

-*Урок-соревнование*. Соревнования включаются на разных уровнях подготовленности обучающихся.

**10 слайд** Формирование культуры здоровья и здорового образа жизни учащихся было бы неполным без взаимодействия с родительским коллективом учащихся. Для пропаганды здорового образа жизни среди родителей проводим «Веселые семейные старты!», Ежегодный Кросс наций, участие родителей младших классов в «Осеннем лабиринте»

**11 слайд**. Занятия в секциях спортивной направленности влияют на результаты участия в муниципальных,   региональных соревнованиях по волейболу, мини-футболу, баскетболу.  Для занятий созданы все условия. Дети занимаются в школьном и большом спортивном зале при ДК «Кристалл».

**12 слайд.** Принимаем активное участие в региональном проекте Школьная спортивная лига Ульяновской области, в чемпионатах ШБЛ КЭС БАСКЕТ. Благодаря стремлению и огромному желанию быть здоровыми, успешными наши дети были призерами и победителями групповых турниров по баскетболу, мини-футболу, волейболу. Спорт воспитывает силу воли и желание побеждать.

**13 слайд** Проведение мониторинга состояния физической подготовленности учащихся ставит следующие задачи

1. Выявить состояние физической подготовленности и здоровья школьников.
2. Разработать рекомендации для индивидуальной работы по совершенствованию физической подготовленности учащихся.
3. Проанализировать результативность работы по физическому воспитанию, сохранению и укреплению здоровья учащихся в школе.

**14слайд** Результативность моего педагогического опыта заключается:

1. Повышение успеваемости по предмету.

1. Положительная динамика роста физической подготовленности учащихся.
2. Интерес учащихся к занятиям физической культурой и мотивация к соблюдению здорового образа жизни.
3. Положительная динамика состояния здоровья учащихся.

**Здоровая нация- здоровая Россия!**