



# **Тема проекта: Здоровьесберегающие технологии 5-7 классов.**

**Выполнили: Кузнецова Татьяна,  
Загайнова Анастасия и Калмыкова  
Евгения**



**Наша бригада проходила клиническую практику в школе № 6, Автозаводского района, где нам предстояло разработать проект на тему: здоровьесберегающие технология для средних классов.**

**Сначала мы изучили литературу и просмотрели несколько похожих проектов, на основе чего стали разрабатывать свой.**

**Он представлен далее.**



**« Если нельзя вырастить ребенка,  
чтобы он совсем не болел, то, во  
всяком случае, поддерживать его  
высокий уровень здоровья вполне  
возможно », - академик Н. М. Амосов**

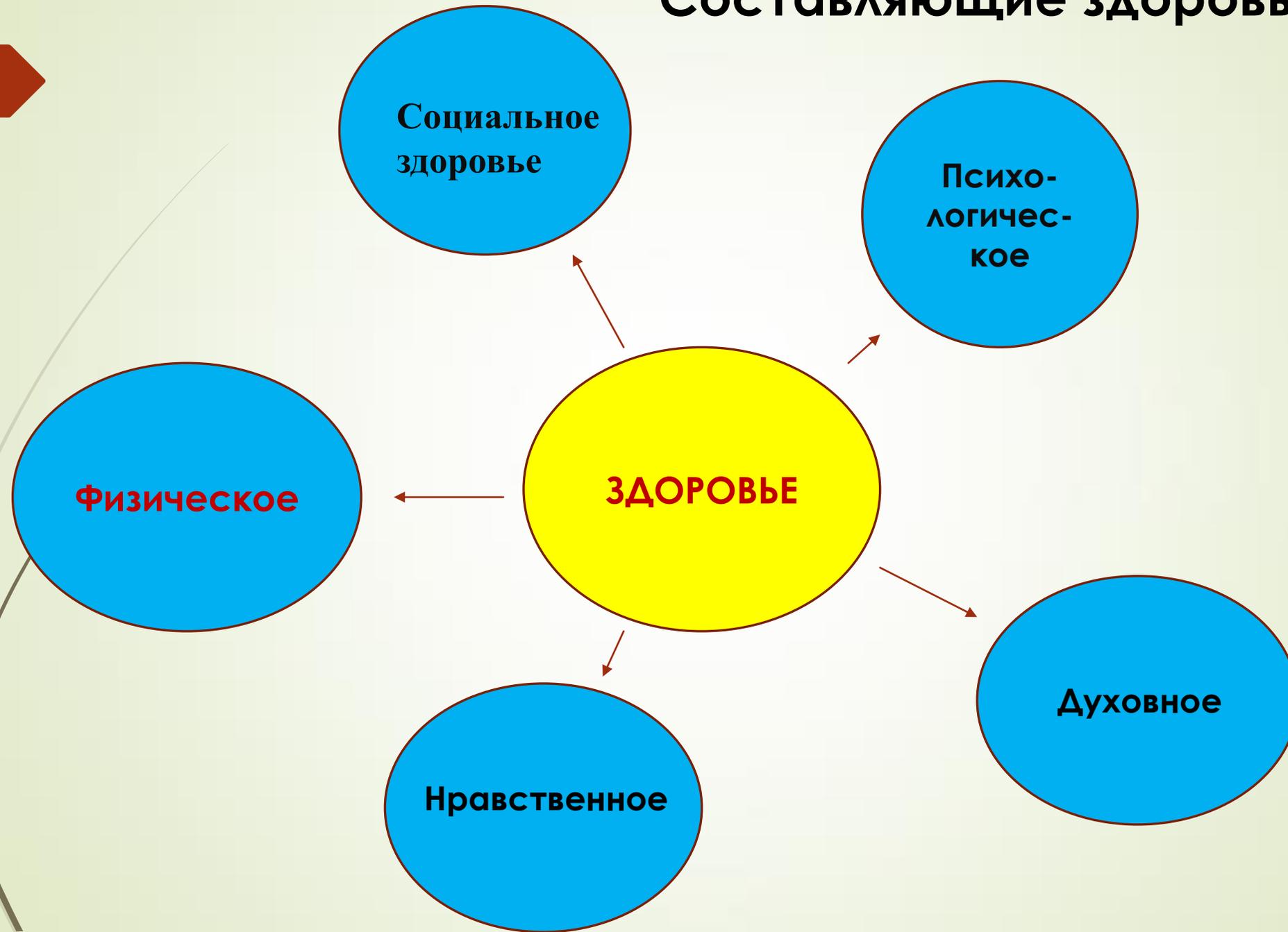
Начнем с того, что такое **здоровье**:

– это одно из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны.

Так что же такое педагогические **здоровьесберегающие технологии**?

- это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. (Н.К.Смирнов)

# Составляющие здоровья:





**Вопрос о сохранении здоровья учащихся в школе на сегодняшний день стоит очень остро.**

**Интенсивность учебного труда учащихся очень высокая, что является существенным фактором ослабления здоровья и роста числа различных отклонений в состоянии организма.**

**Причины:**

- **малоподвижный образ жизни;**
- **накапливание отрицательных эмоций без физической разрядки, вследствие чего происходят психоэмоциональные изменения: замкнутость, неуравновешенность, чрезмерная возбудимость.**

## Построение модели проекта

Объект исследования – здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры

Предмет исследования - влияние здоровьесберегающих технологий на здоровье учащихся на уроках физической культуры.

Цель исследования:

- 1) Изучить здоровьесберегающие технологии,
- 2) Рассмотреть влияние применения физкультурно-оздоровительных технологий на уроках физической культуры на здоровье учащихся 5 - 7 классов,
- 3) Привлечь внимания детей к спорту и здоровому образу жизни.



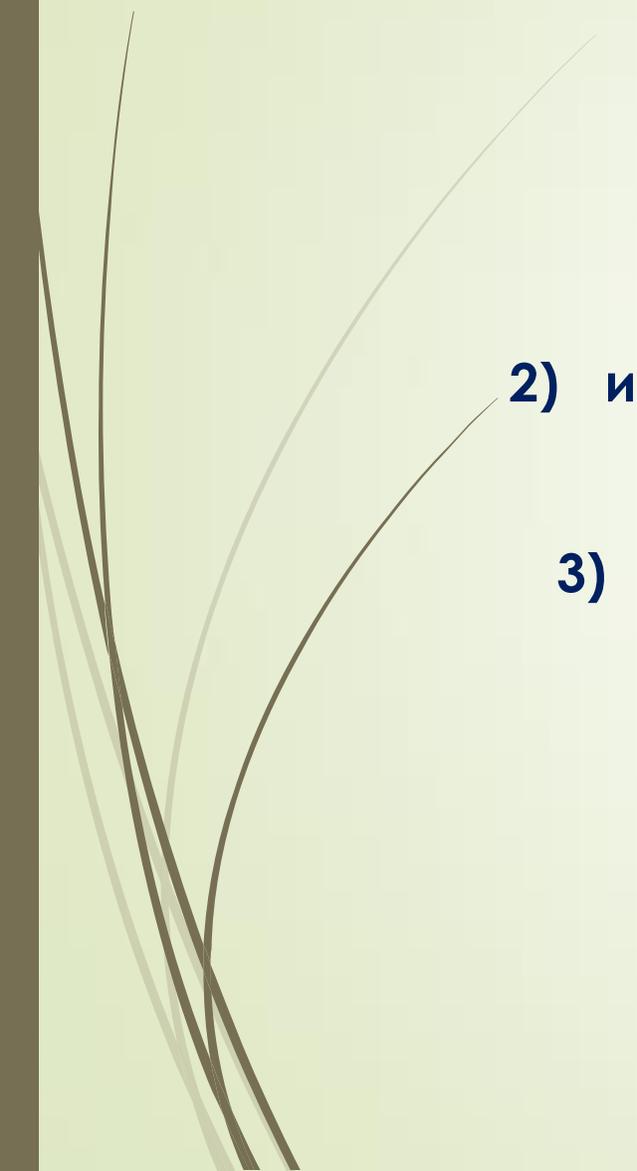
### Задачи исследования:

1. Проанализировать информацию о подобных проектах
2. Рассмотреть влияние здоровьесберегающих технологий на здоровье учащихся 5 - 7 классов на уроках физической культуры.
3. Заручиться поддержкой у родителей и администрации школы
4. Разработать план мероприятий
5. Применить задуманный план на практике

**Гипотеза** – мы предполагаем, что здоровьесберегающие технологии для 5-7 классов побудят учеников к занятиям физической культурой и спортом, а также побудят задуматься о своем физическом, духовном и нравственном воспитании.



**Поставленные задачи решаются через:**

- 1) совершенствование методики проведения урока,**
  - 2) индивидуальную работу со слабоуспевающими и физически развитыми обучающимися,**
  - 3) коррекцию занятий школьников на основе диагностики развития, способностей и природных задатков, мотивацию школьников к учению.**
- 

**здоровьесберегающие технологии могут быть эффективными, если правильно определены методы и средства, а также раскрыты принципы их применения на уроках физической культуры.**

### **Принципы:**

- **«Не навреди!»**
- **Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося**
- **Непрерывность и преемственность**
- **Субъект-субъектные взаимоотношения**
- **Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся**
- **Комплексный, междисциплинарный подход**
- **Успех порождает успех**
- **Активность**
- **Ответственность за свое здоровье**

Мы провели несколько физкультурно-массовых мероприятий в школе для привлечения внимания учащихся к здоровому образу жизни, для воспитания в них личностных качеств, для формирования у них физического, психологического, духовного, социального и нравственного здоровья, используя принципы здоровьесберегающих технологий.

1. « Веселые старты » для учащихся средних классов



## 2. Мероприятие, посвященное 8 марта « А ну-ка, девушки! »





## **Заключение:**

**Наш проект внес вклад в развитие здоровьесберегающих технологий, формируя личностные качества у учащихся 5-7 классов, а также помог задуматься ученикам о своем здоровье и о том как о нем заботиться. Некоторые ученики даже захотели начать заниматься спортом и посещать различные секции.**



Спасибо за внимание! 😊