

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ



Фамилия, имя, отчество:	Пожидаева Татьяна Александровна
Дата рождения:	08.01.1972
Образование:	Высшее, Донбасский Государственный педагогический университет, 2013
Стаж педагогической работы:	25 лет
Должность и полное название образовательной организации:	Учитель физической культуры, МБОУ «Школа №82 города Донецка»
Стаж работы на данной должности:	25 лет
Предмет преподавания:	Физическая культура
Дата предыдущей аттестации:	25.03.2019
Квалификационная категория:	«Специалист первой категории»



*« Десять десятых нашего счастья
зависит от того, насколько здоровый
образ жизни мы ведем »*

Артур Шопенгауэр

ТЕМА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА

*Внедрение здорового
образа жизни на
уроках физической
культуры*

УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОПЫТА

Федеральный Государственный образовательный стандарт

Изучение методической литературы

Курсы повышения квалификации

Участие в семинарах, научно-практических конференциях

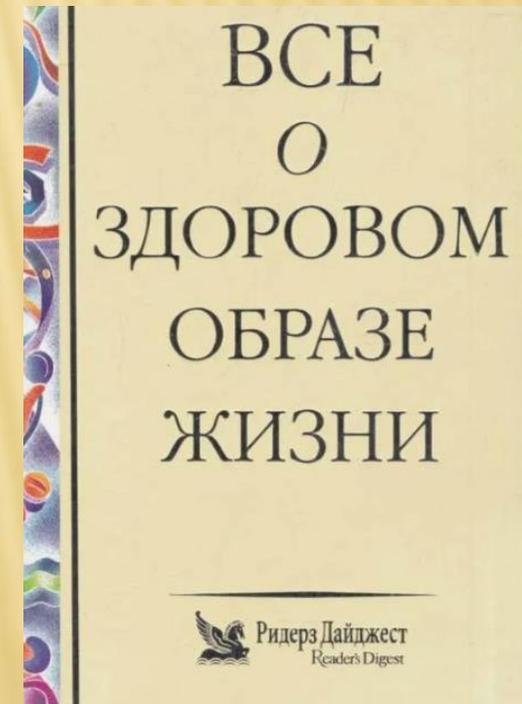
Изучение опыта коллег

Основная цель данного опыта - воспитание у учащихся интереса к физической активности и здоровому образу жизни, а также формирование навыков самостоятельно й заботы о своем здоровье.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ БАЗА ОПЫТА

В. А. Сухомлинский

«Опыт убедил нас в том, что примерно у 85% всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учебе — плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание, чаще всего совершенно незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца, врача и учителя»



АКТУАЛЬНОСТЬ И ПЕРСПЕКТИВНОСТЬ ОПЫТА



**«Если измерить все мои заботы и тревоги о
детях в течение первых четырех лет обучения,
то добрая половина их - о здоровье».**

В.А. Сухомлинский

АКТУАЛЬНОСТЬ И ПЕРСПЕКТИВНОСТЬ ОПЫТА

Актуальность здоровьесбережения отражена в следующих образовательных документах:

- Закон РФ «Об образовании»;
- Национальная доктрина образования в России;
- Концепция модернизации российского образования;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.





НОВИЗНА ОПЫТА

Учитель физической культуры – профессия особенная. Избрав её, педагог становится в ответе за здоровье детей, их физическое, психическое, нравственное и социальное развитие.

Нестандартные уроки

Современные образовательные технологии

Внеурочная деятельность

АДРЕСНОСТЬ ОПЫТА

Данный опыт может быть интересен педагогам, работающим в начальной, средней и старшей школе.

А также использован:

- во время подготовки уроков,
- внеклассных мероприятий;
- внеурочной деятельности.



ТЕХНОЛОГИЯ ОПЫТА

Это методический подход, основанный на интеграции знаний о здоровом образе жизни и физической активности в процессе физического воспитания.

Использование современных инновационных технологий не должно становиться некоторой панацеей, их следует использовать как дополнение к другим методам обучения.

Современные технологии, не заменяют традиционную систему, а органично дополняют и расширяют её.

ТЕХНОЛОГИЯ ОПЫТА



РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОПЫТА

Повышение физической активности обучающихся и улучшению их общего физического состояния

Формирование умений и навыков согласно требованиям программы обучения предмету

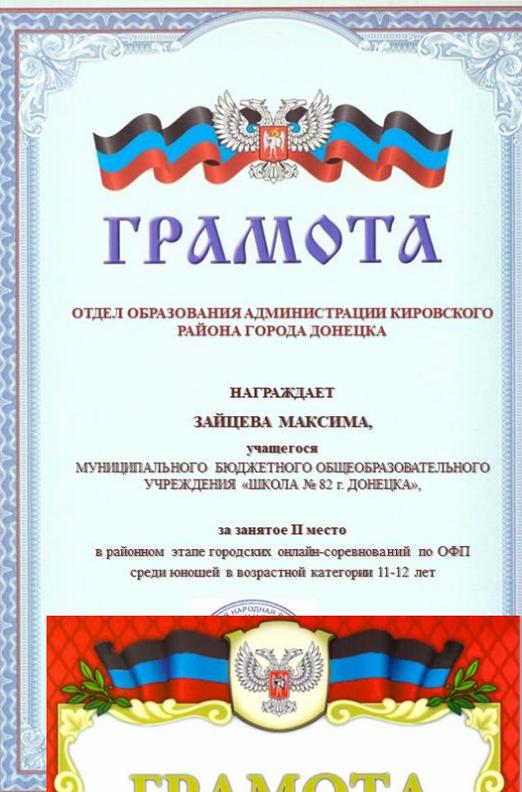
Повышение заинтересованности ребят и увлеченность предметом, пропаганда здорового образа жизни

Формирование позитивных жизненных установок, приобщение к идеалам и ценностям олимпизма

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОПЫТА

- **Возросло количество участников в конкурсах и их результативность;**
- **Повысилась качества знаний с 73% до 84%;**
- **По результатам мониторинга наблюдается рост физической активности, снижение утомляемости при сохранении концентрации внимания на уроках;**
- **Участник районного Конкурса по физической культуре на лучший урок с элементами оздоровительной направленности, 1 место;**
- **Участники Республиканского этапа олимпиады по физической культуре II место;**
- **Участники Республиканского этапа Всероссийской акции «Физическая культура и спорт - альтернатива пагубным привычкам» , I место.**
- **Участник Всероссийской акции «Физическая культура и спорт - альтернатива пагубным привычкам»;**
- **Участники соревнований по ОФП в рамках реализации Государственной программы ГФСР ГТО ДНР, а также к 100-летию Министерства спорта России.**

✦ Грамоты, сертификаты



Пожидаева Татьяна Александровна

МБОУ «Школа № 82 города Донецка»

ПРИЛОЖЕНИЕ К ОПЫТУ РАБОТЫ

- ❖ Методическое пособие «Игровые формы занятий».
- ❖ Разработки физкультминуток:
 - для снятия утомления с туловища;
 - для снятия утомления с плечевого пояса и рук;
 - гимнастика для глаз;
 - упражнения по профилактике нарушения зрения;
 - упражнения для глаз;
 - упражнения для релаксации;
 - упражнения для формирования правильной осанки;
 - упражнения для регуляции психического состояния.
- ❖ Выступление «Применение здоровьесберегающих технологий в работе с детьми», районный семинар учителей физической культуры «Особенности современного урока физической культуры», 2023.
- ❖ Видеосюжет « Я выбираю спорт»:
https://drive.google.com/drive/folders/1QSJcAoRurH_bfwqP7bKoMYLEWkZkuF_x?usp=sharing

**ВНЕДРЕНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА УРОКАХ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ИМЕЕТ ДОЛГОСРОЧНЫЕ
ПЕРСПЕКТИВЫ.**

**СОЗНАТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ И РЕГУЛЯРНЫЕ
ФИЗИЧЕСКИЕ НАГРУЗКИ С ДЕТСТВА МОГУТ СТАТЬ
ПРИВЫЧКОЙ НА ВСЮ ЖИЗНЬ, ЧТО ВАЖНО ДЛЯ
ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ПОДДЕРЖАНИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ВО ВЗРОСЛОМ ВОЗРАСТЕ.**

