

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Магнитная средняя общеобразовательная школа

Деятельность учителя в рамках

здоровьесберегающей технологии
"Гармония"

Учитель физической культуры:
Михеев А.К

2008 год

Содержание

1. Актуальность здоровьесберегающей технологии
2. Урочная деятельность и ее виды:
 - А) Урок физической культуры, его виды
 - Б) Образовательная программа
3. Внеурочная деятельность:
 - А) Формы работы
4. Приложения:
 - А) Таблицы внутришкольной и районной спартакиады
 - Б) Разработки мероприятий
 - В) Отзывы коллег, родителей, учащихся, администрации

1. Актуальность здоровьесберегающей технологии

Закон «Об образовании» РФ определил основополагающие принципы государственной политики в области образования, одним из которых является жизнь и здоровье человека, свободное развитие личности. Тем не менее жизнь сегодняшней молодежи, особенно подросткового возраста, предлагает нам все более серьезные, не свойственные от природы условия развития:

- неподвижный образ жизни;
- сидение у телевизора и компьютера;
- неблагоприятная экологическая среда;
- и более страшное увлечение: курение, алкоголизм, наркотики.

Учитывая вышесказанное мы разработали здоровьесберегающую технологию, в основу которой положены научно-практические разработки занятий и воспитательного процесса по физической культуре методистов В.И Ляха и А.А.Зданевича, Г.Б.Мейксона, Л.И.Пензулаевой.

Актуальность данной программы подтверждают статистические показатели:

Ученые утверждают, что здоровье зависит от следующих факторов:

- 10% от медицинского обеспечения;
- 20% от наследственности;
- 22% от экологии;
- 48% от образа жизни;
- 25-30% детей, пришедших в 1 класс школы, имеют физические недостатки или хронические заболевания;
- 90-92% выпускников средних школ не осведомлены о своих болезнях, они попросту не знают, что больны;
- Только 8-10 выпускников школ можно считать действительно здоровыми,

между тем, здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека.

Целью данной технологии является **содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника**. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение данной цели обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;

- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Дидактическая модель современного образовательного процесса требует следовать образовательным ценностям гуманной педагогики, принципы которой таковы:

- Учитель не ведет, а идет рядом;
- Ребенок учится только через действие;
- Ребенок учится от другого ребенка так же, как и от учителя на уроке;
- Ребенок успешен в учении, когда ему хорошо, комфортно.

На протяжении 15-ти лет я работаю учителем физической культуры с основной группой учащихся среднего звена. Для себя определил следующие направления работы:

- Урочная деятельность (приложение №1)
- Внеурочная деятельность

2. Урочная деятельность состоит из:

уроков здоровья, образовательных уроков, тренировочных, контрольных, зачетных, где используются методы слова, демонстрации, практических действий и активные формы работы:

- Элементы ритмики; (приложение №2)



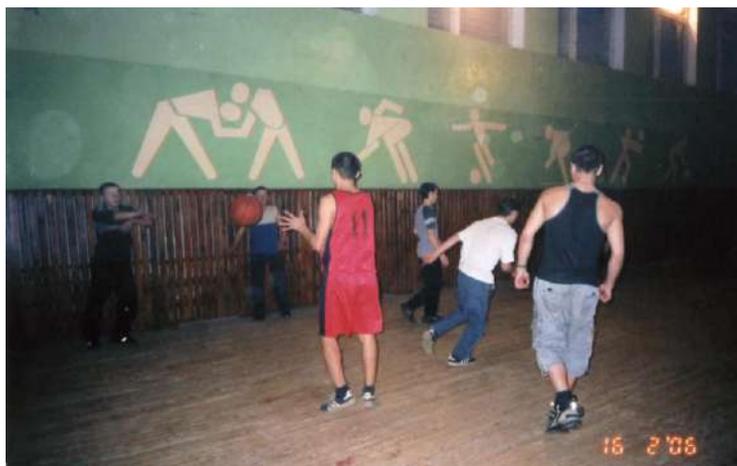
- Гимнастический комплекс;



- Игровые упражнения;



- Спортивные игры



Особенностью урочных занятий в 5-9 классах является углубленное обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта:

- легкая атлетика;
- гимнастика;
- спортивные игры;
- лыжная подготовка

Сегодня школьные нагрузки столь велики, что детям для сохранения физического и нравственного здоровья недостаточно уроков физического воспитания, необходимо использовать возможности внеурочного времени.

Исходя из здоровьесберегающей педагогики составлена система физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы:

- Внутришкольная спартакиада по следующим видам:

- Легкоатлетический кросс;
- Мини-футбол;
- Пионербол;
- Волейбол;
- ОФП;
- Лапта;
- Баскетбол;
- Гражданско-патриотическая игра «Зарница»

- Спортивные праздники совместно с родителями;

- Веселые старты;

- Спортивная секция «Баскетбол»

- Подготовка учащихся к районной спартакиаде.

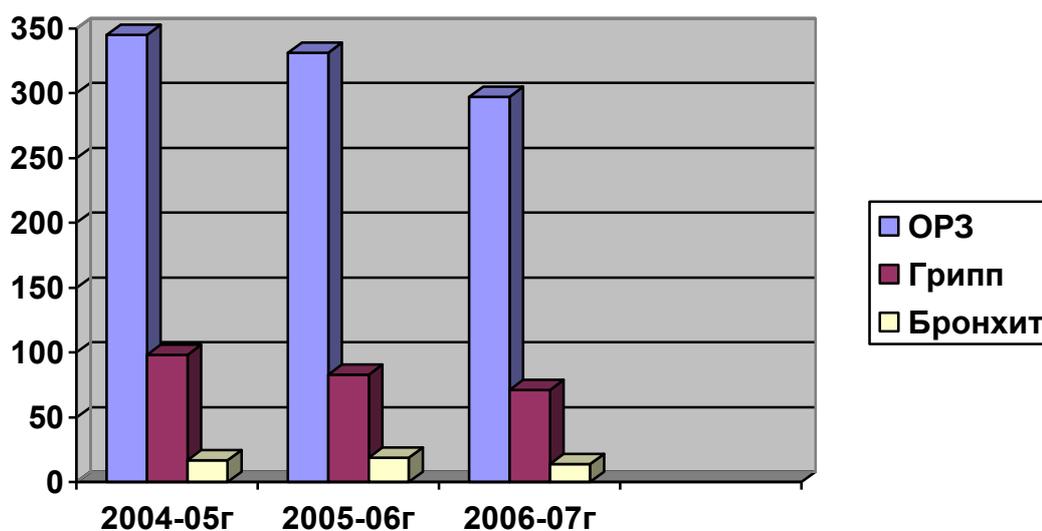
Цель этих мероприятий – пропаганда физической культуры и спорта, приобщение школьников к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом, подведение итогов физкультурно-спортивной работы, активный отдых.

Таким образом, реализуя данную программу, в ходе практической деятельности, я пришел к следующим выводам:

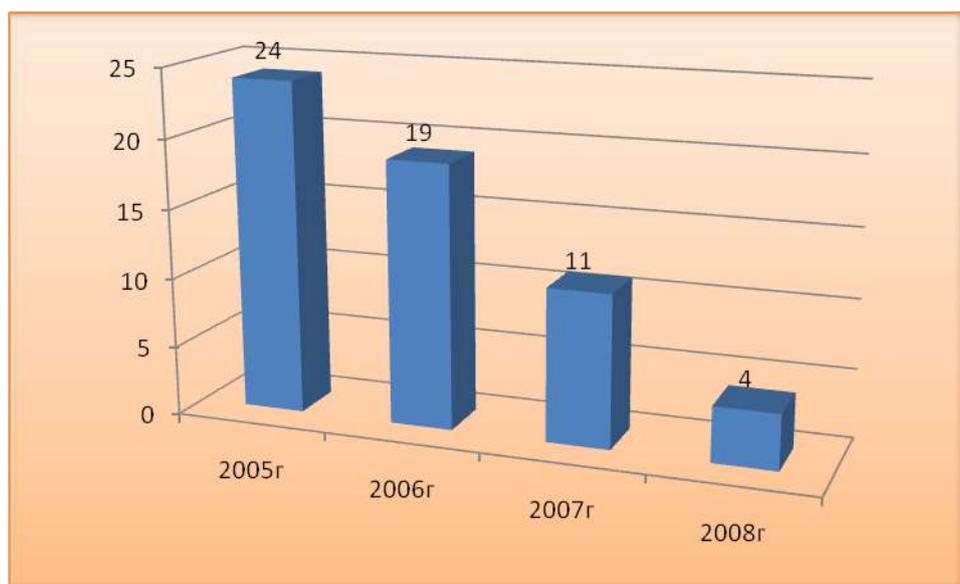
1. Физическая культура тесно связана с нравственным воспитанием и содействует всестороннему развитию детей, учит четкому подчинению дисциплине, выполнению правил, норм спортивной этики;
2. Занятие физической культурой выгодно:
 - a. биологически, так как организм более эффективно и долговременно сохраняет свою природу;
 - b. экономически, так как здоровые люди дольше сохраняют трудоспособность, они определяют экономическое развитие страны, ее обороноспособность, а также здоровье нации в целом;
 - c. эстетически, так как здоровый ребенок, подросток, да и взрослый человек отличается своей привлекательностью, заряжая окружающих своей положительной энергией.

Осуществляя работу по физическому воспитанию в контексте данной программы, в урочной и внеурочной деятельности, мы получаем следующие позитивные результаты:

Частота инфекционных заболеваний учащихся (11-15 лет)

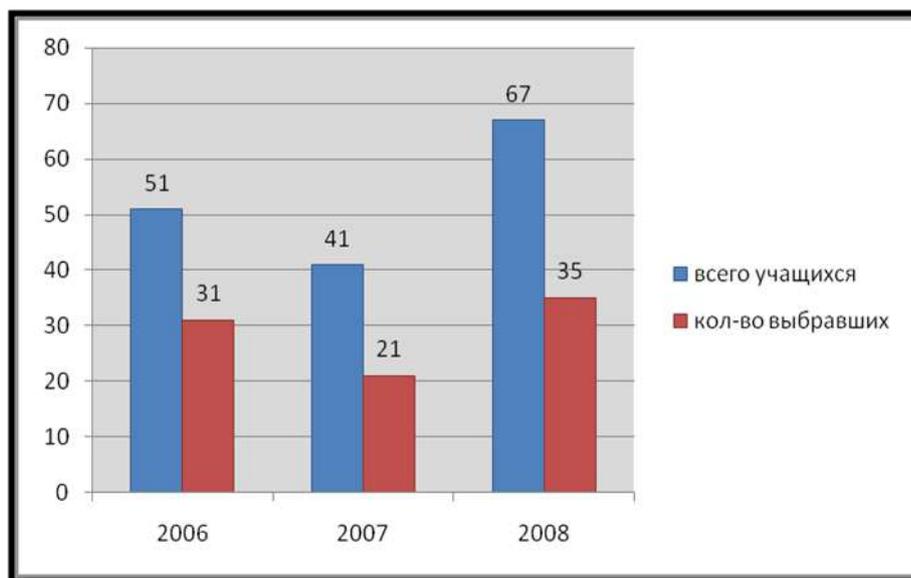


Мониторинг регулярно курящих детей, систематически занимающихся физической культурой (11-15 лет)

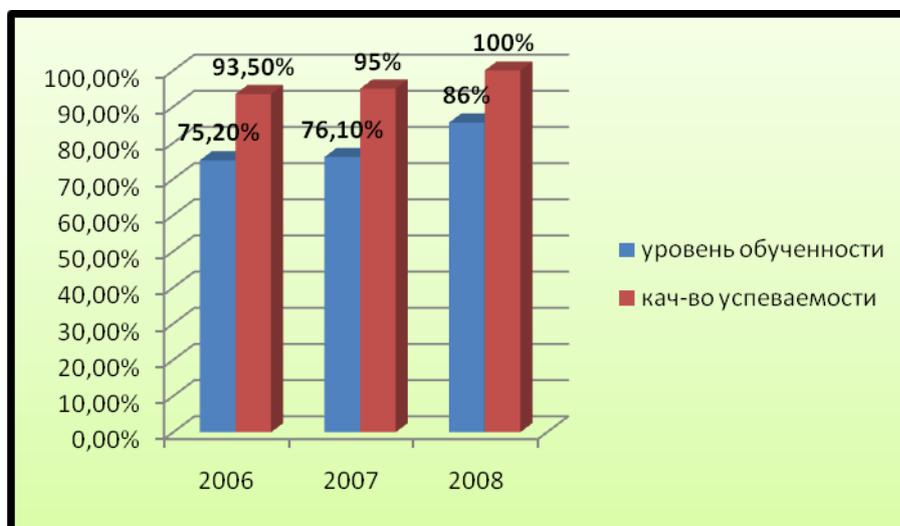


О заинтересованности ребят совершенствованием своей физической культуры говорят следующие данные:

Выбор учащимися 9-х классов экзамена по физической культуре



Результаты экзаменов



Участие во внутришкольной спартакиаде (приложение №4)
(учащиеся 11-15 лет)

Всего видов спорта	Класс-комплектов	Охват учащихся
2005 – 2006 уч. год		
8	15	510
2006 – 2007 уч. год		
5	14	332
2007-2008уч.год		
8	13	526

Участие в районной спартакиаде (приложение №5)

Всего видов спорта	Охват учащихся	Результат
2004-2005г.г		
9	136	4 место
2005-2006г.г.		
9	138	3 место
2006-2007г.г.		
9	138	3 место
2007-2008г.г.		
9	136	3 место

Результативность участия в районной предметной олимпиаде по физической культуре:

Фамилия, имя учащегося	Класс	Результат
2006 год		
Михеева Алена	9А	1 место, участие в областной олимпиаде
Бисярин Ерик	9А	3 место
2007 год		
Войтова Анна	8Б	1 место, участие в областной олимпиаде
Карсакбаев Хаджмуқан	8В	2 место
2008 год		
Войтова Анна	9Б	1 место, участие в областной олимпиаде
Карсакбаев Хаджмуқан	9В	1-3 место, участие в областной олимпиаде

Заканчивая среднюю ступень образования, переходя в старшую (учитель физической культуры Войтенко И.В), или продолжая обучение в среднеспециальных учебных заведениях, ребята продолжают заниматься спортом. Достигнув высоких показателей, наши учащиеся входят в сборную района по разным видам спорта:

❖ 2006-07г.г.:

Баскетбол:

1. Лозяной М

2. Клименко А

3. Луценко Е
4. Мингазов А
5. Байтышев М
6. Бисярин Есиной
- ❖ 2007-08г.г.:

Баскетбол:

1. Бисярин Есиной
2. Бисярин Ерик
3. Овчинников А
4. Алшинбаев А
5. Алиев М
6. Хасимов Р

Волейбол:

1. Михеева А
2. Попова К
3. Астращенко Л

Легкая атлетика:

1. Карсакбаев Х
2. Попова К
- ❖ 2008-09г.г.:

Баскетбол:

1. Бисярин Ерик
2. Алшинбаев А
3. Алиев М
4. Хасимов Р

Волейбол:

1. Михеева А
2. Попова К

Легкая атлетика:

1. Карсакбаев Х
2. Попова К

Одним из факторов, дающих качественную подготовку учащихся, является:

1. Материально-техническое оснащение:

Инвентарь	Количество (шт)
Мячи баскетбольные	30
Мячи волейбольные	30
Мячи футбольные	30
Скакалки	30
Граната для метания	5
Мячи для метания	3
Палки гимнастические	30
Гантели	10
Мяч набивной (3кг)	3
Мяч набивной (1,5кг)	2
Обручи	14
Мячи теннисные	15
Биты для игры в лапту	3
Льжи	30 пар
Палки лыжные	30 пар
Ботинки лыжные	30 пар
Гимнастическая лестница	4
Навесная перекладина	1
Гимнастические скамейки	7
«Канат» навесной	1
«Козел» гимнастический	1
«Мост» гимнастический	1
«Маты» гимнастические	10
«Брусья» гимнастические	1
Щиты баскетбольные с корзинами	2
Сетка волейбольная	1

2. И, конечно же, эстетический вид спортивного зала.

До 2005 года он был таким:



В 2005 году силами педагогов и учащихся, при активной поддержке администрации, был сделан ремонт. И зал стал таким:



Прослеживаются позитивные результаты по здоровьесберегающей технологии «Гармония», работа в этом направлении будет продолжаться дальше. Я надеюсь, что выйдя из стен школы, у ребят сформировалось отношение к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

отзывы коллег,
учащихся, родителей



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МАГНИТНАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
АГАПОВСКОГО РАЙОНА ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ
457431 п. Магнитный ул.60 лет Октября, 2
Телефон (факс) 95-1-08 e-mail: magnitnaya@mail.ru
сайт школы: <http://74326S5.edusite.ru>

ОТЗЫВ АДМИНИСТРАЦИИ

МОУ Магнитная СОШ
на учителя физической культуры Михеева А.К.

Михеев Андрей Константинович работает в МОУ Магнитная СОШ с 1997 года. За время работы зарекомендовал себя, как опытный, инициативный педагог, профессионал в своем деле. Его уроки отличаются методической грамотностью, разнообразием форм и методов.

Профессиональная деятельность основана на глубоких знаниях педагогики, психологии, возрастной физиологии, гигиены.

За годы своей работы показал себя умелым организатором учебной деятельности и внеклассной работы, успешно применяющим в своей педагогической практике наиболее эффективные формы проведения уроков, различные приемы и стратегии.

Ученики Андрея Константиновича показывают хорошие результаты на итоговой аттестации. Его учащиеся ежегодно становятся призерами школьных и районных предметных олимпиад. В 2007, 2008 годах его воспитанники стали участниками областной олимпиады по физкультуре, показав хорошую физическую подготовку и теоретические знания основ физического воспитания.

Под руководством Михеева А.К. наши учащиеся участвуют в районных и областных спортивных соревнованиях, школа ежегодно занимает призовые места в районной спартакиаде.

Андрей Константинович давал открытое мероприятие на районном семинаре для заместителей директоров по воспитательной и учебно-воспитательной работе, которое получило высокую оценку. Он принимает активное участие в общественной жизни школы.

Андрей Константинович ответственен, доброжелателен к детям и коллегам. Пользуется авторитетом учащихся и коллег. Является примером для молодых специалистов.

Директор школы:



Войтова Е.М.

Войтова Е.М.

Котельникова

Войтова Е.М.

Директор школы

Войтова Е.М.





Мои сыновья, Луценко Евгений и Лукашик Андрей (опекаемый), являются выпускниками Магнитной средней школы 2007 года. С большой теплотой они вспоминают учителей, в частности, Михеева Андрея Константиновича, - преподавателя физической культуры.

С шестого класса Андрей и Евгений увлекались баскетболом, волейболом, лыжным спортом, участвовали в спортивных соревнованиях как внутри школы, так и в состязаниях районного масштаба. Наша команда зачастую занимала призовые места, ребята имеют грамоты, благодарственные письма, что очень пригодилось при поступлении в учебные заведения.

В настоящее время ребята обучаются в г. Магнитогорске, Андрей - в ПТУ №63, а Евгений - в строительном колледже, по-прежнему охотно принимают участие в соревнованиях городского уровня, а также участвуют в сельской спартакиаде, защищая честь своего поселка.

Хочу поблагодарить за профессиональный подход к своему делу, учителя физической культуры Михеева Андрея Константиновича, он не считаетя со временем и отдает свои знания ученикам. Я всегда была спокойна, когда мои дети находились на тренировках, увлечение спортом лишь благосклонно повлияло на формирование личности.

С ув. Луценко Ирина Зайнитдиновна



Буксартова О.Е – родитель Буксартовой Юлии,
ученицы 9Б класса

Михеев Андрей Константинович пятый год преподает физическую культуру в классе, где обучается моя дочь. Он умеет заинтересовать ребят. Благодаря ему моя дочь увлеклась спортом. Она участвует во внутришкольных и районных соревнованиях. Ходит на занятия с удовольствием.

За это время у нее улучшилось здоровье - за последние два года ни разу не болела ОРЗ.

Андрей Константинович внимательный, чуткий, добрый, отзывчивый, глубоко знающий свой предмет.

Я очень довольна, что моя дочь занимается именно у этого педагога. Он сумел привить ей любовь к спорту и сформировать позитивное отношение к здоровому образу жизни.

Андрей Константинович – самый лучший учитель физкультуры. Он не оставит никого без внимания. На различных спортивных мероприятиях или соревнованиях мы постоянно занимаем призовые места, я считаю, что в этом его заслуга. Он умеет держать нас в руках. Он добрый, но в тоже время строгий. Наверное, каждый хотел бы заниматься физкультурой у такого учителя. Мы его любим, ценим и уважаем.



Ученица 9Б класса
Буксартова Юлия



Карсакбаев Хаджмукан, ученик 8В класса

Наш учитель по физической культуре – Михеев Андрей Константинович. Я уважаю этого человека не только как преподавателя, но и как личность, в которой сочетаются положительные качества: доброта, понимание, проявление внимания к окружающим и многое другое. Он всегда понятно объясняет. Андрей Константинович добр и в тоже время требователен, и мне, как человеку, проявляющему любовь к спорту, это очень нравится. Я увлекаюсь разными видами спорта, но особое предпочтение отдаю легкой атлетике. Второй год участвую в соревнованиях школьных, районных, а в этом году Андрей Константинович подготовил меня для участия в районной олимпиаде по физической культуре, где я занял II место. В настоящее время у меня уже есть личные достижения в спорте: грамоты, медали, а еще я вхожу в состав районной команды по легкой атлетике, и в этом заслуга Андрея Константиновича. Я глубоко ему благодарен и признателен за то, что он выявил мои способности и раскрыл их.



Погорелова З.С – учитель истории и обществознания

Михеев Андрей Константинович работает учителем физического воспитания в Магнитной школе с 1997 года. В своей работе уделяет внимание здоровью учащихся, так как нет ничего важнее заботы о здоровье подрастающего поколения. Уроки данного учителя доказывают, что разработанная им система урочной и внеурочной деятельности способствует укреплению, в том числе, памяти, четкости мышления, сообразительности, потому что от разумной физической культуры зависит и умственное развитие учащихся.

Сегодня его ученики имеют позитивную результативность. И сам учитель – человек образованный, грамотный, добрый и отзывчивый, проявляет уважение как к коллегам, родителям, так и своим ученикам. Его отношение к работе, физическая грамотность, здоровый образ жизни помогают формированию физической культуры у его воспитанников.