**Учитель физической культуры МАОУ СОШ № 9 Белоглинский район**

**Лавриненко Мария Александровна**

**Выступление творческой презентации « Я- учитель здоровья!»**

**1 слайд.**

Здравствуйте, уважаемые коллеги. Разрешите представиться - меня зовут Лавриненко М.А.. Я учитель физической культуры СОШ №9 Белоглинского района

**2 слайд.**

В свои школьные годы я с удовольствием занималась спортом, участвовала во всех соревнованиях, как за честь класса, так и за честь школы, и района, поэтому я связала свою судьбу с физкультурой, и сейчас веду активной образ жизни.

За все эти годы я не разочаровалась в выбранном пути. Я прихожу в школу, чтобы научить детей быть здоровыми, потому что сейчас практически не встретишь абсолютно здорового ребенка. Причинами этих отклонений являются малоподвижный образ жизни.

 **3 Слайд.** Для меня главная задача - сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. И главным моим примером достижения являются мои дети, родители и даже соседи.

**4 слайд.**

«С чего начать?» - спросите вы? С себя, ведь только у здорового преподавателя могут быть здоровые ученики. Свою систему обучения я строю через воспитание и твердо убеждена в том, что посеешь поступок — пожнешь привычку, посеешь привычку — пожнешь характер, посеешь характер — пожнешь судьбу. А ведь это дорогого стоит — вырастить настоящего члена общества, самодостаточного, умного, а главное — здорового.

**5 слайд.** Результатом моей системы обучения может служить мой 9 класс. В 5 классе из 19 человек , 9 были в основной группе, 10 в подготовительной. К 9 классу остались только три человека в подготовительной группе.

**6 слайд.**

Прежде чем сделать урок физкультуры уроком здоровья, мне пришлось ответить на вопрос.

- Как организовать деятельность школьников на уроке, чтобы дать каждому ученику оптимальную нагрузку с учётом его подготовленности, группы здоровья?

 **7 слайд.**

И лишь найдя ответ на этот вопрос, я смогла разработать систему по реализации комплексной программы « Здоровым быть здорово!», которую представляю вам в виде схемы.

Медицинский осмотр

Тестирование

Реализация комплексной программы

Внеклассные формы работы

Урок физической культуры

Мониторинг

Результат

**8 слайд.** *Желтый человек*

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих( здоровьеформирующих) технологий стала приоритетным направлением в моей деятельности.

В своей работе я руководствуюсь следующим принципом здоровьесбережения:
      •   **«Не навреди!»** — все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.
      •   Приоритетом заботы о здоровье учителя и учащегося, которого являются следующие составляющие.

 **9 слайд.** *Красный человечек*

Так что же такое урок физкультуры? Для меня это время, отведенное на общение с детьми, но общение необычное: через движение к положительным эмоциям. Урок, где сухие строки учебной программы  превращаются в удивительные минуты.

Основным видом уроков является уроки здоровья. Включаю в него разминочный бег, ходьбу для детей имеющие противопоказания к бегу. Разминку меняю в зависимости от возраста детей. Обязательно беговые упражнения. Использую разные варианты движения по залу, звуковые сигналы, поворотные фишки, координационную лестницу. После выполнения беговых упражнений, в зависимости от задачи урока новый материал или закрепление, совершенствование, выполняем подводящие упражнения к основной части урока. Передачи мяча в парах, в группе, на месте ,в движение, броски по воротам. И игра или выполнения комплекса. Обязательно включаю в каждый урок упражнения на психорегуляцию и релаксацию. Как выполнять каждое упражнение объясняю и делаю акцент на наиболее типичные ошибки. Разбираю индивидуально, если есть в этом необходимость. Во время игры делю детей на 4 группы. В группах ослабленных детей следую принципам и нормам предоставления детям таких комплексов упражнений, которые они могут сами выбирать и выполнять. Две группы играют отведенное время, в то время 3 группа выполняет силовой комплекс упражнений. Затем по истечении времени, одна из групп меняется. В итоге каждая из групп должна поиграть и выполнить силовой комплекс.

 С целью полного и точного описания техники упражнений показываю действия наглядно, это самое главное мое оружие. И тем самым поддерживаю и добиваюсь в моих детях ответственности к урокам и посещению других занятий физкультурной направленности.

 Много внимания уделяю домашнему заданию, мной разработаны и собраны комплексы домашних заданий. Благодаря им учащиеся приучаются к самостоятельности, активно участвуют в процессе самосовершенствования.

 На своих уроках стараюсь создать такие условия, чтобы у ребенка «появился аппетит» заниматься физической культурой и спортом, чтобы он понял полезность движений для своего здоровья.

Стараюсь, учитывая погодные условия, проводить уроки на свежем воздухе и как можно чаще.

Прекрасно понимаю, что нельзя насильно заставить всех школьников заниматься физической культурой и своим здоровьем, для этого нужны определенные стимулы, мотивы.

1. **слайд.** *Синий человек*

 Для создания условий мотивации к занятиям физической культурой использую:

* валеологическое просвещение учащихся и их родителей;
* нетрадиционные уроки;
* комбинирование методов, приемов физического воспитания.
* внеклассные формы физического воспитания
1. **слайд.** *Оранжевый человек*

С целью повышения двигательной активности учащихся внеклассную работу строю в определенной последовательности. Направлена она на закрепление умений и навыков, полученных на уроках.

Дни здоровья и спорта

Туристические слеты и походы

Физкультурные праздники

Соревнования

Гимнастика до занятий.

Аниматоры на переменах.

Физкультминутки.

Общефизическая подготовка.

Спортивные секции.

 **13-17 слайд.**

 В школе являюсь организатором спортивных праздников, Дней здоровья, товарищеских встреч, туристических слетов, организую подготовку команд к школьным, районным, зональным соревнованиям по волейболу, мини-футболу, гандболу, баскетболу, веселым стартам. В этом мне активно помогают учащиеся моего класса. Уже с 5 класса они мне помогают проводить все общешкольные мероприятия, вместе мы ведем активную агитационную работу по пропаганде здорового образа жизни в рамках программы «Здоровым быть здорово!». Вместе с ними запустила проект «Аниматоры перемен», где дети с моего класса играют в подвижные игры на большой перемене с учениками младших классов с учетом погодных условий.

**18 слайд.**

Я ежегодно провожу мониторинг состояния физической подготовленности учащихся, технология которого представлена на слайде.

Тестирование учащихся в начале учебного года

Создание банка данных о физической подготовленности учащихся

Отслеживание динамики изменения показателей физической подготовленности

Ежемесячное тестирование учащихся

Составление списков с уровнем физического развития

Анализ результатов

Разработка рекомендаций на отстающие физические качества

Тестирование учащихся в конце учебного года

**19 слайд.**

Анализируя результаты своего опыта, я отмечаю, чтовнедрение системы работы по здоровьесберегающим (здоровьеформирующим) технологиям позволило:

 1. Повысить успеваемость, динамику состояния здоровья учащихся

1. Повысить динамику роста физической подготовленности.
2. Повысить интерес учащихся к занятиям и мотивацию к соблюдению здорового образа жизни.

**20 слайд.**

Основной результат - это результат соревнований. А главный результат моей работы-это здоровые дети!

**21 слайд.**

 Обращаю ваше внимание, всю мою презентацию меня сопровождал весёлый спортсмен, цвет которого менялся. Сначала он был белый, потому что начинала я с чистого листа, а сейчас он « радужный», потому что он впитал все то, что я применяю в своей работе. И как мы с вами уже знаем, « Вай фай, на здоровый образ жизни».