Текст к презентации « Я УЧИТЕЛЬ ЗДОРОВЬЯ»

Учитель физической культуры Рахмонова Маргарита Турсунпулатовна

г.Усть-Лабинск

2020г.



**Слайд № 1.**Здравствуйте ! Меня зовут Рахмонова Маргарита Турсунпулатовна. Я работаю в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении гимназии № 5 имени девяти Героев Второй мировой войны г. Усть-Лабинска. Творческая презентация на тему :« Я учитель здоровья».

**Слайд № 2.**Расскажу немного о себе : в школе с 2005г. посещала секцию лёгкой атлетики , по окончанию школы в 2011 году получила свидетельство Детско- юношеская спортивная школа.

**Слайд № 3.** В 2011 году поступила в Кубанский Государственный Университет Физической Культуры Спорта и Туризма :

Факультет : Спорта

Кафедра: зимние виды спорта

Вид: лыжные гонки . И получила образование бакалавр по физической культуре

**Слайд № 4.**Я участвую в различных спортивных мероприятиях : районные соревнования поволейболу, спартакиады трудящихся по гиревому спорту, лёгкой атлетике.

**Слайд № 5**. Моя мама инвалид по зрению. По Краснодарскому краю есть организации для людей с ограниченными возможностями , для людей инвалидов по зрению , вот и у нас в городеУсть –Лабинске есть такая организация . Я участвую в туристических походах среди инвалидов по зрению на правах зрячих , как волонтёр .

Сдала нормы ГТО на серебряный значок.

**Слайд № 6.** Мои достижения в спорте, на протяжении 16 лет и по нынешние дни . Так же продолжаю участвовать в различных спортивных мероприятиях.

**Слайд № 7**. Почему важно вести здоровый образ жизни? Запас здоровья даётся человеку при рождении. Живя в экологически неблагополучном мире , задача человека - сохранить данное ему здоровье. Человек , здоровый физически и нравственно , имеет больше шансов добиться успеха в жизни ! В наше время **престижно вести здоровый образ жизни:** заниматься спортом, правильно питаться, соблюдать режим дня, отказываться от вредных привычек. Почему это престижно? Люди, которые соблюдают **ЗОЖ** :

\_ обладают хорошей силой воли ;

\_ крепким здоровьем что очень важно в наше время;

\_ очень хорошо выглядят;

\_ редко болеют;

\_ сильные и выносливые

\_ живут дольше

\_ везде успевают: дома , на работе

\_ полны оптимизма и энергии

**Слайд № 8.** Мои педагогические принципы:

1. Учитель должен помочь ученику проявить свои лучшее качества .
2. Увлечь каждого ребёнка разнообразной и интересной деятельностью
3. Создать ситуацию успеха, дающую возможность поверить в себя
4. Привить потребность в формировании культуры здоровья и безопасного образа жизни.

**Слайд № 9.** Слова Василия Александровича Сухомлинского: Забота о здоровье это важнейший труд учителя , от жизнидеятельности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение , умственное развитие, прочных знаний вера в свои силы.

**Слайд № 10.** Но как для ребёнка стать не просто учителем физической культуры , а УЧИТЕЛЕМ ЗДОРОВЬЯ ?

1. - Личностные ориентиры на здоровый образ жизни и занятиях ФК закладываются в детстве
2. - Через детство мы формируем будущее

**Слайд № 11.** 3. Только проникая в интересы и желания детей можно держать их в постоянной увлечённости физической культуры.

 Я не только учитель физической культуры в своей школе, но ещё и библиотекарь. На этом слайде показаны фотографии детей в нашей библиотеки. Этим хочу сказать,чтение для ума – то же. Что физическое упражнение для тела.

**Слайд № 12**. В нашей гимназии проводятся акции мероприятия в рамках Антинарко ,флэшмобы.

**Слайд № 13, 14.** Моя внеурочная деятельность. В школе веду дополнительные занятия, детский фитнес, волейбол.

**Слайд № 15, 16.** Всё это помогает детям укрепить сердечно- сосудистую систему , положительно влияет на дыхательную систему детей . Любой вид спорта помогает детям преодолеть комплексы, раскрепоститься, умение работать в команде , в коллективе . Развивают привычку регулярно заниматься спортом и вести ЗОЖ.

**Слайд № 17, 18.** В работе с родителями соблюдаю принцип взаимодействия – работаем сообща , учимсядруг у друга . В гимназии прошли соревнования посвящённые « Дню матери», участвовали не только физически , но и интеллектуально.

**Слайд № 19.** Выводы: Рассмотрев критерии здорового образа жизни , можно подвести некоторый итог. Нужно привыкать к активному образу жизни, регулярным занятиям физкультурой и спортом, закаливанию. Тогда здоровый образ жизни ребёнка станет привычкой в будущем.

 « Здоровый человек может быть несчастен , но больной не может быть счастлив . Здоровье – это ценность , без которой жизнь не приносит удовлетворения и счастья».

**Слайд № 20.** БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ , СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ.