«Спасский индустриально-экономический колледж»

Суханова О.Ю.- преподаватель по физической культуре.

Приморский край,

Г.СПАССК-ДАЛЬНИЙ 2017г.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Хочется напомнить, что сейчас в России идет становление новой системы образования. И в этих условиях приходиться ориентироваться в разнообразном спектре инновационных технологий, которые будут способствовать более эффективному обучению на уроках физической культуры за счет повышения интереса и мотивации к нему у студентов средних специальных учебных заведений (ССУзов).

Одной из важнейших технологий в процессе проведения урока по физической культуре считаю- здоровьесберегающую.

Основная задача на моих уроках – обеспечение сохранения здоровья каждого студента за весь период обучения в колледже (основываясь на результатах медицинских карточек.)

 Ежеурочно стараюсь сформировать необходимые умения, знания, навыки по здоровому образу жизни, то есть на каждом уроке, в зависимости от задач, уделяю время на объяснение важности и значении тех или иных упражнений в профилактике тех или иных заболеваний студента.

Так же, на уроках физической культуры ставлю задачи, чтобы они предполагали в студентах высокую степень самостоятельности, творчества, проявления инициативы.

Считаю основным принципом в применении здоровьесберегающих технологий – это индивидуализация, так как каждый студент требует к себе различный подход, поэтому и с трудностью Хочется напомнить, что сейчас в России идет становление новой системы образования. И в этих условиях приходится ориентироваться в разнообразном спектре инновационных технологий, которые будут способствовать более эффективному обучению на уроках физической культуры за счет повышения интереса и мотивации к нему у студентов средних специальных учебных заведений (ССУзов).

Одной из важнейших технологий в процессе проведения урока по физической культуре считаю - здоровьесберегающую.

Основная задача на моих уроках - обеспечения сохранения здоровья каждого студента за весь период обучения в колледже (основываясь на результатах медицинских карточек).

Ежеурочно стараюсь сформировать необходимые умения, знания, навыки по здоровому образу жизни, то есть на каждом уроке, в зависимости от задач, уделяю время на объяснение важности и значении тех или иных упражнений в профилактике тех или иных заболеваний студента. освоения упражнений на уроке справляются все по -разному.

В связи с этим, используя индивидуально-личностный подход, стараюсь научить использовать полученные знания в повседневной жизни студента, так как всем известно, что большую часть своего времени студент проводит вне стен учебного учреждения.

Значит, только систематическое здоровьесберегающее воздействие на организм и психику студента, может дать положительный результат. И в сознании каждого студента уже на третьем-четвертом курсе обучения вопросы о сохранении собственного здоровья, здоровья близких и окружающих будет в приоритете.

В конце своей статьи хочу сказать, что каким будет поколение после нас, зависит только от того, как сможем мы (педагоги) донести до сознания студента, что здоровье каждого из них зависит от правильной активной жизненной позиции, которую совместно с коллегами решаем каждый день.