**Слайд №1**

Добрый вечер! Рада всех видеть в стенах нашего лицея

Я, Тройченко Марина Анатольевна, учитель физической культуры Лицея № 26!

**Слайд №2**

Хочу донести важную информацию о формировании ЗОЖ

Сегодня в современном мире ЗОЖ занимает приоритетное место в формировании личности

**Слайд №3**

Здоровый образ жизни – это индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.

**Слайд №4**

Существует очень много пословиц и поговорок

* Здоровье – первое богатство.
* Здоровье дороже денег.
* Физкультурой заниматься будешь — про болезни все забудешь.
* Двигайся больше – проживешь дольше.
* Добрый человек здоровее злого.
* Доброе слово лечит, а злое - калечит.

**Слайд №5**

ЗДОРОВЬЕ – это бесценный дар, который дан человеку самой природой.

ЗДОРОВЬЕ – это не просто отсутствие болезней, это состояние физического, психического и социального благополучия.

**Слайд №6**

И только когда все составляющие находятся в гармонии можно говорить о полном здоровье!

**Слайд №7**

Хочу акцентировать ваше внимание на всем знакомые составляющие ЗОЖ

Всем известны эти простые правила

- отказ от вредных привычек;

**Слайд №8**

* правильное питание;

**Слайд №9**

соблюдение режима дня;

-двигательная активность

**Слайд №10**

- закаливание организма;

**Слайд №11**

- личная гигиена;

**Слайд №12**

-положительные эмоции.

**Слайд №13**

Все эти правила составляют воспитательную деятельность.

Закон “Об образовании” (ст.18) возлагает всю ответственность за воспитание детей на семью, а все остальные социальные институты (в том числе образовательные учреждения) призваны содействовать и дополнять семейную воспитательную деятельность.

**Слайд №14**

Мы со своей педагогической стороны стараемся многогранно содействовать гармоничному развитию личности и формировать физкультурное образование, основы ЗОЖ у обучающихся.

**Слайд №15**

Уроки физической культуры является основой для формирования физкультурного образования!

Физкультурное образование - основа для получения качественного образования в целом.

Цель физкультурного образования состоит в том, что бы из стен лицея выходили здоровые, сильные, выносливые, с красивой осанкой молодые люди, у которых сформирована потребность в здоровом образе жизни.

В здоровом теле- здоровый дух!

* Поэтому в лицее все учащиеся посещают уроки физической культуры независимо от группы здоровья .

Урок не тренировка, а формирование основ физкультурной деятельности!

в соответствии с законом об образовании обязательно выставляется оценка по предмету «физическая культура».

Существует три группы здоровья (основная, подготовительная и специальная) , все учащиеся к началу учебного года обязаны пройти медобследование и предоставить справку о группе здоровья и физкультурной группе.

На основании мед показаний формируются списки учащихся , отнесенных к определенной группе здоровья.

**Слайд №16**

 К основной медицинской группе относятся обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющие хорошее функциональное состояние.

Отнесенным к этой группе учащимся разрешаются занятия в полном объеме по учебной программе физического воспитания.

**Слайд №17**

К подготовительной медицинской группе относятся практически здоровые обучающиеся, имеющие незначительные отклонения в здоровье

 Отнесенным к этой группе здоровья разрешаются занятия по учебным программам физического воспитания за исключением тех физических упражнений, которые рекомендованы медицинским работником.

Учащиеся оцениваются на общих основаниях, за исключением тех упражнений, которые противопоказаны.

К участию в спортивных соревнованиях эти обучающиеся не допускаются.

**Слайд №18**

 К специальной группе относятся обучающиеся с отчетливыми отклонениями в состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания, врожденные пороки развития в стадии компенсации) или временного характера либо в физическом развитии, не мешающие выполнению обычной учебной или воспитательной работы, однако, требующие ограничения физических нагрузок.

Отнесенным к этой группе учащимся разрешаются занятия по учебным программам в образовательных учреждениях с ограничением физической нагрузки.

 Успеваемость оценивается по посещаемости занятий, отношению к ним, качеству выполнения комплексов упражнений - домашних заданий, теоретических сведений, умению и навыкам элементов ЗОЖ, умению осуществлять самоконтроль здоровья и функциональных возможностей.

**Слайд №19**

В лицее на уроках физической культуры не существует полного освобождения учащихся от уроков физической культуры.

Справка, выданная медицинским учреждением, свидетельствует об освобождении учащихся

от физической нагрузки, а не от урока.

Следовательно, обучающиеся , временно освобожденные (ОВЗ) от физической нагрузки осваивают общеобразовательную программу непосредственно на уроках физической культуры.

Все учащиеся, без исключения, подлежат оцениванию по предмету «Физическая культура».

**Слайд №20**

Обучающиеся СМГ и учащиеся, временно освобожденные после перенесенных заболеваний, присутствуют на уроке в соответственной спортивной форме и выполняют комплекс разминки, доступные физические упражнения, исходя из состояния здоровья, изучают теоретические сведения.

Теоретическое изучение материала возможно в форме представления и защиты презентации, составления и выполнения тестов, разработка и защита рефератов, докладов, сообщений, а так же подготовка и проведение спортивных праздников, оказание посильной помощи в судействе соревнований или организации урока

**Слайд №21**

Итоговая отметка по физической культуре выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и прилежания.

Уроки физической культуры посещают все обучающиеся, имея спортивную форму в соответствии с  погодными условиями, видом спортивного занятия или урока, согласно требованиям техники безопасности и охраны труда.

Спортивная форма в лицее № 26

белая футболка, тёмного цвета спортивные брюки или шорты,

спортивная обувь

( кеды или кроссовки для занятий ФК).**Слайд №22**

В лицее, отмечается рост положительной мотивации учащихся к занятиям физической культуры.

Многие посещают спортивные школы и секции, занимаются профессиональным спортом.

Систематически участвуют в спортивной жизни лицея,

Успешно сдают зачет ГТО.

С 2013года наблюдается снижение числа учащихся, отнесенных по медицинским показаниям к специальной медицинской группе, имеющие серьёзные отклонения в здоровье. Увеличивается число учащихся, имеющих основную медицинскую группу.

Если ранее учащиеся сидели в телефонах, то теперь все находятся в учебном процессе.

Заметно снизился порог заболеваемости.

Начался процесс оздоровления. И это радует!

**Слайд №23**

* Физическая культура - это не физ-ра, а культурное,

духовное, нравственное, моральное и физическое начало развития человека

**Слайд №24**

Физические упражнения могут заменить множество лекарств,

но ни одно лекарство в мире не может заменить физические упражнения.

**Слайд №25**

Доброго вам здоровья!

Будьте здоровы и берегите свое здоровье и здоровье своих родных и близких!

Занимайтесь физической культурой и спортом!

Вовлекайте детей!

Дети наше золотое будущее!

И от того как мы вместе с вами воспитаем наше будущее будет зависеть благосостояние нашей Родины!

Спасибо за внимание!