

ГБОУ школа №494

Выборгского района Санкт-Петербурга

*«Работа классного руководителя в
пространстве образования школы №494
для формирования ценностей здорового
образа жизни»*

Бассейн «Светлана»



Классный руководитель 2 «А» класса
Мартемьянова И.В.

Закаляйся, если хочешь быть здоров!



Закаляйся, если хочешь быть здоров!

Цели программы:

- Укрепление сердечно-сосудистой системы
- Укрепление дыхательной системы
- Профилактика нарушений осанки
- Развитие мышечного корсета



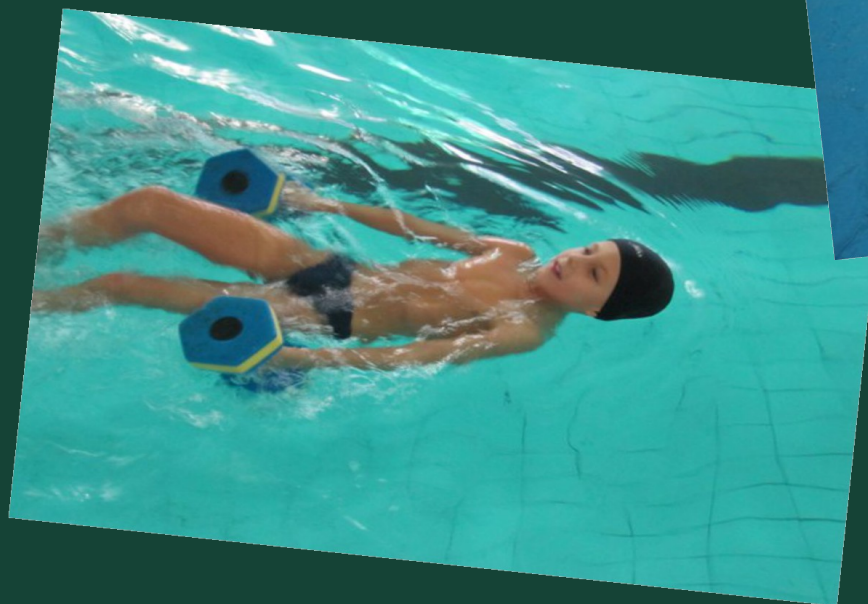
Закаляйся, если хочешь быть здоров!

- *Обучение детей плаванию*
- *Снятие напряжения с мышц*
- *Разгрузка позвоночника*
- *Улучшение питания мышц, органов и тканей*



Закаляйся, если хочешь быть здоров!

- *Развитие гибкости*
- *Закаливание организма*
- *Формирование хорошей самооценки и уверенности в своих силах*



Закаляйся, если хочешь быть здоров!

Результаты:

- Снизилась частота простудных заболеваний*
- Повысился интерес к физической культуре и спорту*
- Дети овладели начальными навыками плавания*
- Дети стали более организованными и самостоятельными*



День бегуна



Сентябрь 2014 г.

День бегуна

*Если хочешь быть сильным — бегай,
если хочешь быть красивым — бегай,
если хочешь быть умным — бегай!*



День бегуна

*Кто спортом занимается,
тот силы набирается!*



День бегуна

Нас не догонят!

Нас не догонят!

Нас не догонят!



Спасибо за внимание!