МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Кафедра теоритических основ физического воспитания

Направление подготовки 44.03.01 педагогическое образование направленность профиль образовательной программы физическая культура

КУРСОВАЯ РАБОТА

по дисциплине физическая культура

Тема «Формирование здорового образа жизни в общеобразовательных школах»

Выполнил:

Ф.И.О. Малетина Анна Андреевна

Форма обучения - очно

Руководитель:

Профессор, доктор педагогических наук

Ф.И.О. Сидоров Леонид Константинович

Дата защиты: 25.12.2018

Оценка­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Красноярск, 2018

Содержание

**Введение**…………………………………………………………………………..1

**Глава 1.** Понятие «здоровье»……………………………………………...…...3

1.1Общее представление о ЗОЖ………….…………………….............5

1.2Основные условия здоровья………………………………...…...….9

**Глава 2.** Значимость физических упражнений для здоровья человек…..…14

2.1Формирование ответственного поведения и здорового образа жизни…………………………………………………………………………...17

2.2 Проблемы формирования и методы воспитания и ЗОЖ………………………………..........................................…………19

2.3 Интерактивные методы обучению учащихся ответственному поведению……………………………………………………………………….24

**Заключение**…………………………………………………………………….28

**Список использованной литературы**……………………………………..31