

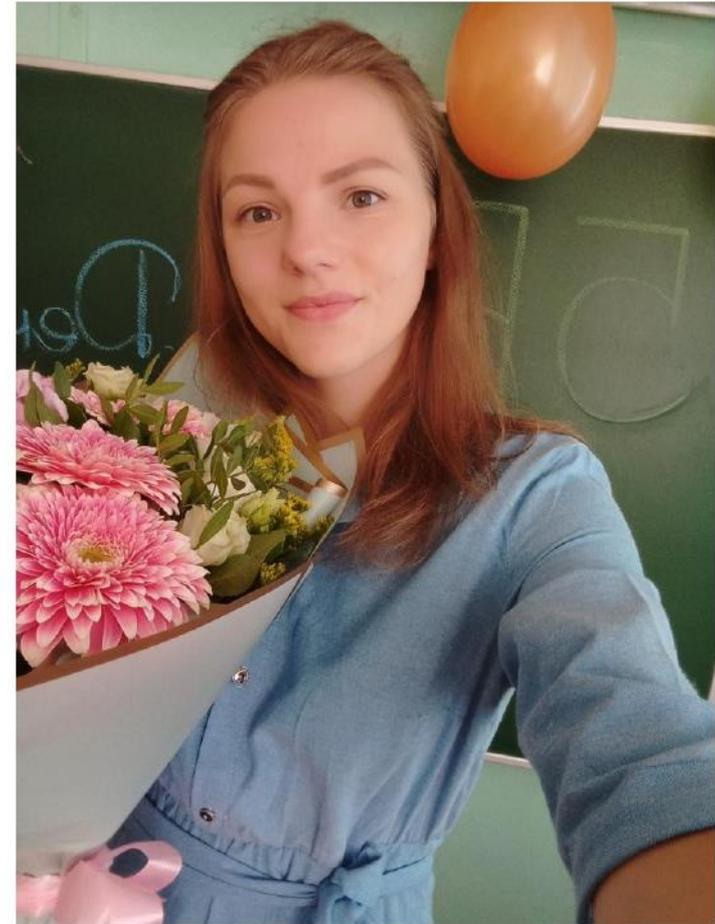


**«У меня это хорошо  
получается»**

**Костина Юлия Сергеевна**  
учитель физической культуры

Муниципальное общеобразовательное  
учреждение Мышкинская средняя  
общеобразовательная школа  
г. Мышкин

**2024** год семьи



***Функциональная грамотность в  
пространстве урока физической  
культуры  
(Из опыта работы молодого  
специалиста)***

Физическая культура - одна из составляющих общей культуры человека, которая во многом определяет его отношение к учебе, поведение в быту, в общении

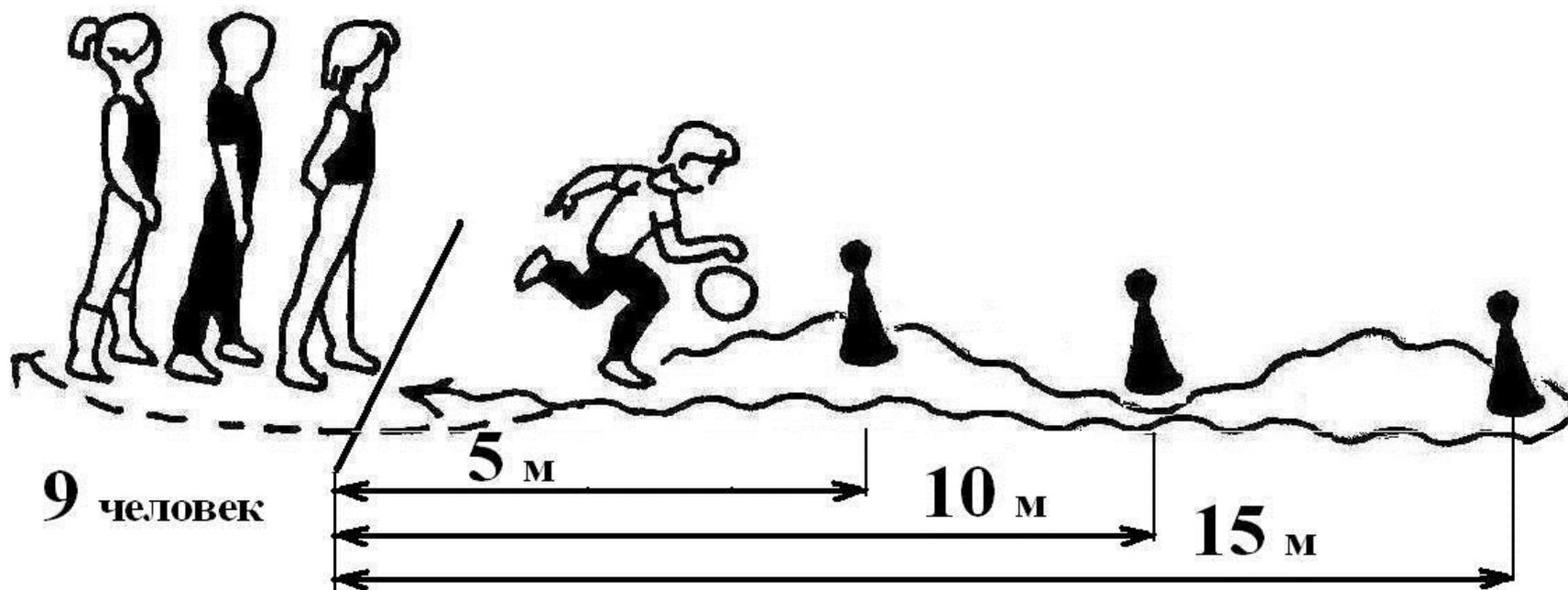


# Основные направления формирования функциональной грамотности

- Математическая грамотность
- Читательская грамотность
- Естественнонаучная грамотность
- Финансовая грамотность
- Глобальные компетенции
- Креативное мышление



# Математическая грамотность





Для измерения **массы тела** используют напольные весы.



**Фото № 1**



**Фото № 2**

**Вопрос:** 1). Посмотрите на фото и определите на каких весах показатели меньше?  
2). Запишите этот показатель в кг?

**Ответ:** 1). фото № \_\_\_\_\_ ; 2). \_\_\_\_\_ кг.



# Естественнонаучная грамотность



## Как рассчитать индекс массы тела



$$I = \frac{m_{\text{(вес в кг)}}}{h^2_{\text{(рост в метрах)}}}$$

(индекс массы тела)

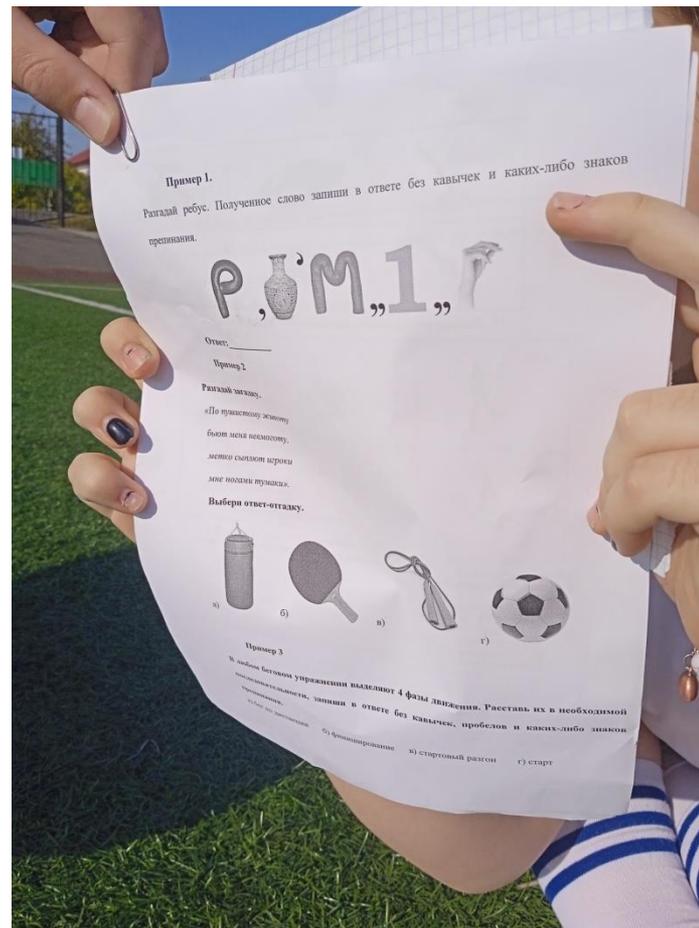
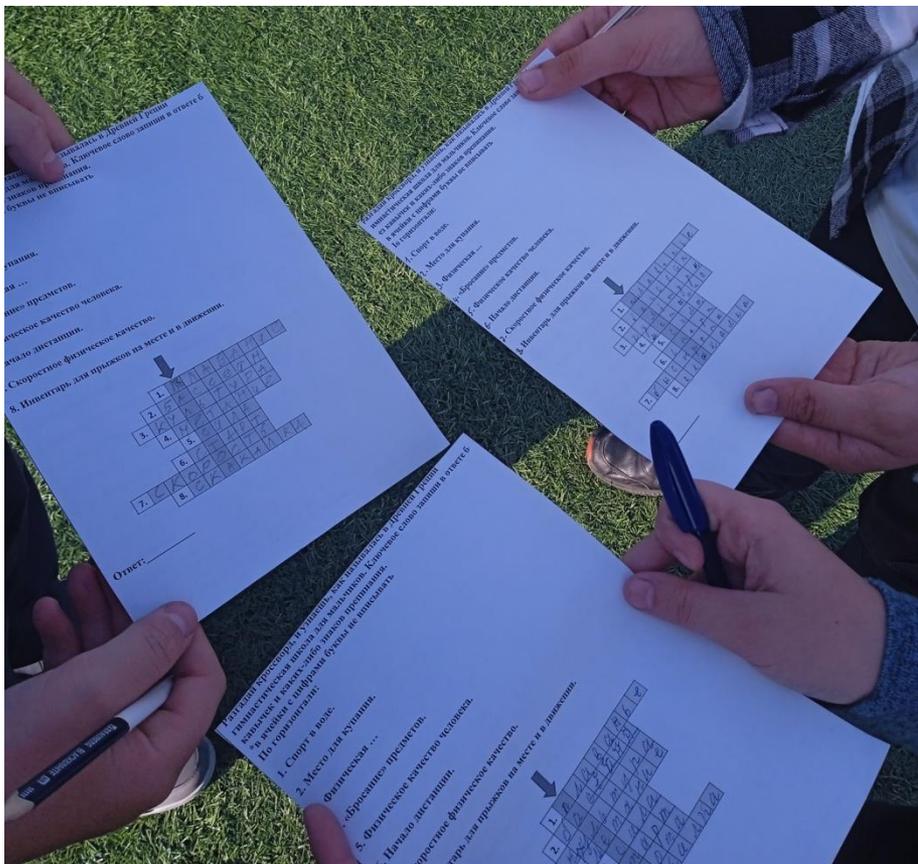
Вес в килограммах нужно разделить на рост (в метрах), возведенный в квадрат.

Индекс массы	Соответствие между массой человека и его ростом
16 и менее	Выраженный дефицит массы тела
16–18,5	Недостаточная (дефицит) масса тела
18,5–25	Норма
25–30	Избыточная масса тела (предожирение)
30–35	Ожирение первой степени
35–40	Ожирение второй степени
40 и более	Ожирение третьей степени (морбидное)

Определить ЧСС

Определить ИМТ

# Читательская грамотность





Таким образом, в процессе занятий физической культурой на моих уроках, ученики осваивают простейшие тесты для самоконтроля здоровья, учатся измерению, расчету и оценке индивидуальных достижений, оценивают уровень физической подготовленности.



**И это у меня хорошо получается!**



 2024 год семьи

**Спасибо за внимание!**

**Ярославль, 2024**