



СПРАВКА

Применение физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности в образовательном процессе (утренняя гимнастика, динамические паузы, «динамические уроки», час здоровья, другие)

ГБОУ школа № 154 реализует комплекс мероприятий по оптимизации двигательной активности в образовательном процессе. По времени проведения мероприятия условно делятся на малые и крупные формы.

1. Малые формы:

- Акция «Танцуем по утрам» является частью школьного проекта «Наставник: ученик-ученику». Обучающиеся основной школы проводят флешмоб под музыку с учениками начальной школы. Место проведения – спортивный зал. Алгоритм проведения: ученицы (5 – 9 классов) совместно с инструктором по физической культуре собирают в 8.40 учеников начальной школы и организованно отводят в спортивный зал. Каждый ребенок начальной школы имеет возможность посетить утреннюю гимнастику 2 раза в неделю. Длительность утренней гимнастики 10 мин.
- Физкультминутки на уроках. Ежедневно проводятся классными руководителями в 1-4 классах.
- «Гимнастика для ума» - динамическая пауза на уроке, 2 раза в неделю, продолжительность 3-4 мин., проводит педагог-психолог в 1-4 классах охраны зрения.
- «Гимнастика для глаз» - динамическая пауза на уроке, ежедневно, продолжительность 3-4 мин., проводит классный руководитель или тифлопедагог в 1-4 классах охраны зрения.
- Игры в настольный теннис на переменах (5-10 классы)
- Организация игр на переменах. В рамках проекта «Наставник: ученик-ученику» обучающиеся основной школы проводят игры с учениками 1-4 классов на третьей перемене.

2. Крупные формы:

- Система школьных спортивных мероприятий представляет собой комплекс спортивных событий с участием школьников, их родителей и педагогов. Основные формы проведения: турниры по волейболу, соревнования по плаванию, турниры по настольному теннису, «Веселые старты».
- Курсы внеурочной деятельности:
 - 1-4 классы: для нормотипичных детей «Спортивные игры», для классов охраны зрения «Ритмика»; курс внеурочной деятельности «Бадминтон» реализуется во всех 1-4 классах, выбор данного курса обусловлен спецификой вида спорта, который способствует профилактике и коррекции зрительных нарушений. Для обучающихся 4 класса реализуется курс внеурочной деятельности «Плавание», это обусловлено уменьшением часов физической культуры в сетке расписания (2 часа в неделю), по сравнению с 1-3 классами (3 часа в неделю)
 - 5-10 классы: курсы внеурочной деятельности «Спортивные игры», «Волейбол», «Плавание»; для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата реализуется курс «Спорт для всех».