Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 663 Московского района Санкт-Петербурга

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

В оздоровительных целях и для удовлетворения естественной потребности школьников в движении, проводятся уроки физической культуры (2 часа в неделю) и ритмики (1 час в неделю). Открыт тренажерный зал. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения, а также для снятия психо-мышечного напряжения на уроках проводятся физкультминутки. Организованы подвижные перемены и спортивные часы в группах продленного дня, проводятся массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Ритмика в нашей школе рассматривается не только как предмет двигательной активности, но и входит в блок коррекционно-развивающих занятий, направленных на коррекцию отклонений в развитии учащихся.

В современной специальной педагогике придается важное значение использованию музыки в коррекционно-развивающей работе, включая формирование у детей с нарушениями развития музыкально-ритмических способностей.

Характерные для детей с задержкой психического развития особенности нервно-психического склада, своеобразие деятельности, поведения и личностных реакций, эмоционально-волевая незрелость хорошо поддаются коррекции на уроках ритмики. Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему разностороннему развитию школьников, преодолению отклонений в психическом и физическом развитии.

Музыкально-ритмическое воспитание направлено на решение оздоровительных, образовательных, воспитательных и коррекционных задач, а также на развитие творческих способностей обучающихся.

<u>Оздоровительные задачи (укрепление здоровья)</u>

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата
- формировать правильную осанку
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, координацию

<u>Коррекционные задачи</u>

- развивать память, внимание, мышление, речь
- развивать и уточнять пространственные представления
- развивать тактильные ощущения
- развивать общую моторику
- учить детей контролировать свою двигательную активность
- снимать психомышечное напряжение, обучать приемам расслабления развивать эмоционально-личностную сферу психики.

Ежегодно в школе проводятся спортивные соревнования по настольному теннису, волейболу, футболу, шашкам, проводятся соревнования для учащихся 3-4 классов по многоборью «Первый старт». Проводятся «Веселые старты» для учащихся 1-4 классов. Традиционной стала акция «Я выбираю спорт как альтернативу пагубным привычкам».

План спортивно-оздоровительной деятельности на 2021-2022 учебный год

Ответственные: учителя физической культуры

Шуклин А.Е., Митичева Н.С., Коротина Л.А.

- В рамках школьной спартакиады «На старт!».

№ п/п	Название мероприятия	Содержание	Участники	Дата проведения
1.	На старт! Внимание! Марш!	Презентация открытия спартакиады	1-9 классы	20.09 - 24.09
2.	Легкая атлетика	Метание	1-9 классы	27.09 - 01.10
3.	Переменка здоровья		1-9 классы	октябрь
4.	Скакалка	Прыжки на скакалке	1-9 классы	18.10 - 22.10
5.	Пресс	Подъем туловища из положения лежа	1-9 классы	22.11 – 26.11
6.	Баскетбол	Броски мяча в кольцо	1-9 классы	13.12 – 17.12

7.	Волейбол	Верхние прямые передачи мяча	1-9 классы	24.01 – 28.01
8.	Футбол	Передачи мяча в парах	1-9 классы	14.02 – 18.02
9.	«Мама,папа, я – спортивная семья!	Спортивный праздник	1 классы	21.02 – 25.02
10.	Пенальти	Удар по воротам из разных И/п	1-9 классы	14.03 – 18.03
11.	Приседания	Приседания	1-9 классы	11.04 – 15.04
Неделя физической кульутры 11.04 – 15.04				
12.	«Петрополис»	Игра по станциям	1-9 классы	
13.	«Морфлот»	Перетягивание каната	5-9 классы	
14.	«Все на борт!»	Очная встреча в пионербол учителя vs ученики	1-9 классы	
15.	Кто дальше?	Прыжок в длину	1-9 классы	16.05 – 20.05