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

8.3 Организация двигательного режима обучающихся в образовательном учреждении

В организацию физкультурно-оздоровительных мероприятий включается весь педагогический коллектив школы. Учителями физической культуры, классными руководителями традиционно по графику ежедневно проводится общешкольная зарядка на каждом этаже на первой перемене. Для учащихся разработаны комплексы физических упражнений в соответствии с их возрастом и физическими возможностями, подобрано музыкальное сопровождение.

С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминуток,
- подвижных игр на переменах.

Целенаправленное укрепление здоровья учащихся, развитие физических качеств и способностей реализуется на уроках физической культуры.

Учителя физической культуры вовлекают учащихся в различные формы внеурочных и внеклассных занятий и мероприятий, повышая их активность. Большое внимание уделяется спортивно-оздоровительной работе, формированию физической культуры личности с учётом индивидуальных способностей, состояния здоровья и мотивации, укреплению и сохранению физического и психического здоровья учащихся.

Развитие двигательной сферы тесно связано с речевым развитием. Поэтому на логопедических занятиях широко используются приёмы и упражнения на развитие мелкой, общей, артикуляционной моторики. Это пальчиковые игры, элементы лого массажа и самомассажа, специально подобранные физминутки (включая речевой материал по ЗОЖ), игры с мячом, Азбука телодвижений, метод биоэнергопластики, дыхательная гимнастика. Ежедневно, перед началом занятий учителя проводят утреннюю зарядку.

Переменка здоровья.