

### **8.3. Организация двигательного режима обучающихся в ОУ**

В оздоровительных целях и для удовлетворения естественной потребности школьников в движении, помимо уроков Физической культуры (3 часа в неделю, 1 вариант обучения, 3-11 классы) и уроков АФК (3 часа в неделю, 1 вариант обучения, 1-2 классы, 2 вариант обучения, 1-10 классы)

В нашей школе проводятся дополнительные занятия коррекционно-развивающей и оздоровительной направленности:

- ✓ Художественная гимнастика (по международной программе Художественной гимнастики СОК),
- ✓ Ритмика,
- ✓ Лечебная Физкультура,
- ✓ Театральная студия «В гостях у сказки»,
- ✓ Релаксационная гимнастика: 1дополнительные классы 1го варианта обучения – 1 час в неделю, 1 – 4 классы 1го и 2го варианта обучения – 2 раза в неделю 10-11 класс (1 вариант обучения, 1 час в неделю).

Учителями Методического объединения «Спорт и творчество» организуются и проводятся дополнительные занятия для подготовки учащихся к спортивным мероприятиям по линии СОК и ЛИН.

Разработана система рекомендаций для учащихся на каникулярный период, а также рекомендации для родителей по двигательному режиму для домашних и самостоятельных занятий.

Создана подборка видео материалов и презентаций для занятий в домашних условиях по всем учебным программам методического объединения «Спорт и творчество»

\* Приложение 8.3.1 – АФК

\* Приложение 8.3.2 – «В Гостях у сказки»

\* Приложение 8.3.3. - Мы на сцене!.mp4

\* Приложение 8.3.4. – Релаксационная гимнастика –

\* Приложение 8.4.4. - Материалы для занятий дома