



Организация двигательной активности младших школьников во время образовательного процесса.



Берест Лариса Александровна

Учитель высшей категории

МБОУ «Средняя школа социального развития и успеха №17»

Общая двигательная активность детей с поступлением в школу падает на 50%

Девочки:

**отставание в
росте составляет
0,9 см.**

в массе тела 1300 гр.

Мальчики:

**отставание в
росте составляет
3,2 см.**

в массе тела 700 гр.



Организация двигательной активности.

- **Групповые и массовые формы занятий в режиме учреждения.**

физкультурно-оздоровительные занятия в школе

физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня

внеклассные формы занятий физической культурой и спортом в школе

общешкольные физкультурно-массовые и спортивные мероприятия



Организация двигательной активности.

- Групповые и массовые формы занятий в режиме свободного времени.
- Индивидуальные занятия физической культурой и спортом



Удовлетворение ежечасной потребности школьников в двигательной активности во время образовательного процесса осуществляется, прежде всего, за счет малых форм физического воспитания:

**гимнастики до уроков,
физкультминуток на уроках,
динамических перемен,
подвижного часа во время внеурочной
деятельности.**

Гимнастика до уроков 5-10 минут



Формы телесно-двигательной практики на уроке

Методика периодически меняющихся динамических поз по В.Ф.Базарному, использование гигиенических норм по Н.К. Смирнову (поза чередуется в соответствии с видом работы)



Формы телесно-двигательной практики на уроке



Проведение физкультминуток

Состав упражнений физкультминутки должен зависеть от особенностей урока



Обязательным является эмоциональная составляющая физкультминутки

Учителю, проводящему физкультминутки, необходимо выработать для каждого класса 2 – 3 условных вербально-поведенческих знака, позволяющих быстрее и эффективнее переключать школьников в другой режим деятельности

**40% двигательной активности
реализуется через уроки физической
культуры и работу спортивных секций**



Проведение подвижных и ролевых игр во время перемен.



Движение – это жизнь.

"Движение как таковое может по своему действию заменить любое лекарство, но все лечебные средства мира не в состоянии заменить одно действие движения".

Тиссо



Спасибо за внимание!

