

Двигательная активность младшего школьника



Материалы к родительскому собранию
Подготовила А. В. Баранова

Недостаточная двигательная активность

- Уроки
- Подготовка домашнего задания
- Занятия у компьютера
- Отдых у телевизора
- Нахождение в транспорте

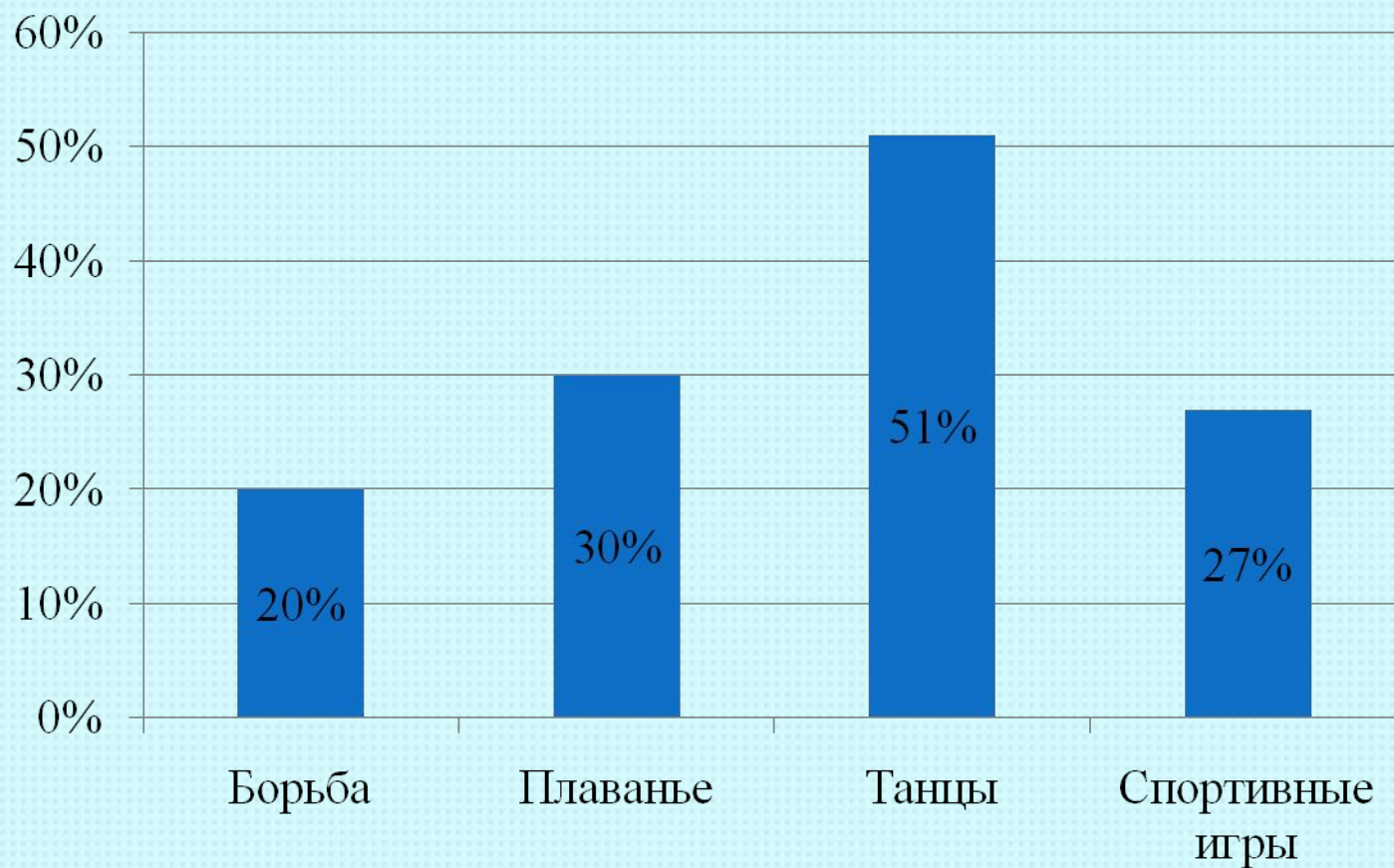
Двигательный режим школьника

- Утренняя физзарядка
- Подвижные игры
- Уроки физической культуры
- Занятия в спортивных секциях
- Прогулки
- Активный отдых
- Спортивно-массовые мероприятия

Объём двигательной активности учащихся в школе

Класс	Ежедневный объём времени	Культурно-оздоровительные мероприятия		
		Физкультминутки	Подвижные перемены	Спортивный час в ГПД
1-е классы	2-3 часа	5 минут	20 минут	1 час
2-е классы	2-3 часа	5 минут	20 минут	1 час
3-е классы	не менее 2-х часов	5 минут	20 минут	1 час
4-е классы	не менее 2-х часов	5 минут	20 минут	1 час

Подвижные занятия школьников

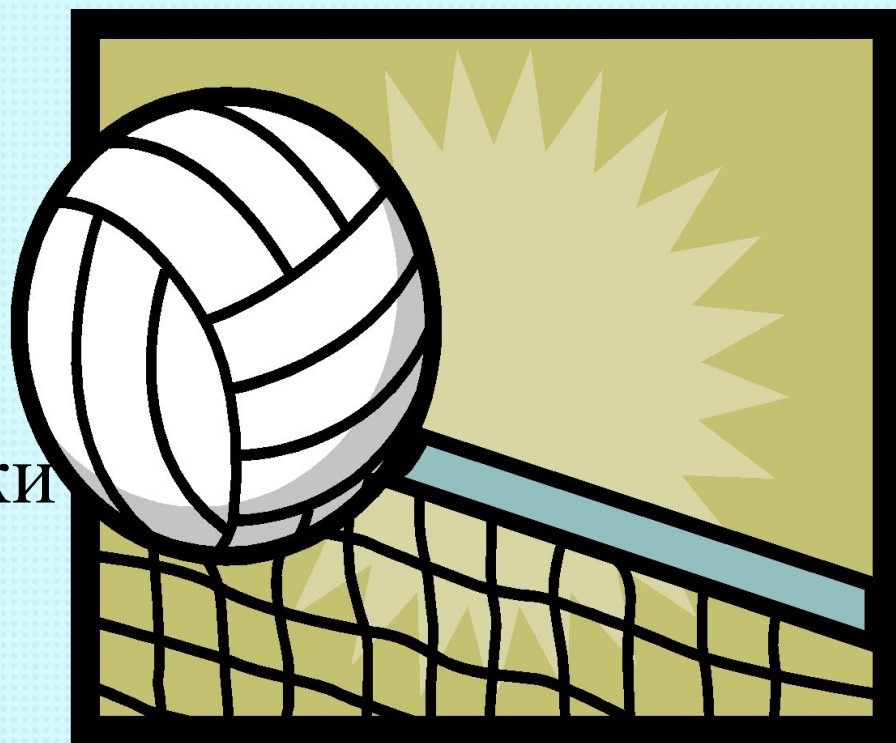


В школе действуют:

- Секция баскетбола
- Секция волейбола
- Ритмика
- Стрелковая секция
- Военно-патриотический клуб «Сила»
- Туристическая секция

Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе:

- Дни Здоровья
- Весёлые старты
- Спартакиады
- Кроссы
- Эстафеты
- Спортивные праздники
- Экскурсии
- Походы
- Выездные занятия в автогородке



В перспективе:

- **Открытие танцевальных групп**
- **Проведение школьных олимпийских игр**
- **Участие младших школьников
в военно – спортивной игре «Победа»**
- **Выездные занятия в автогородке**
- **Походы**
- **Подвижно-образовательные мероприятия.**

НИИТО

Детская
поликлиника
№ 17

ЦВР
«Галактика»

Мы сотрудничаем:

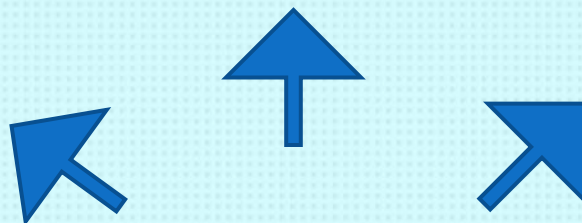
ДШИ № 14

ЦР «Звёздный»

ДЮСШ № 2

ДЮСШ № 15

Автогородок



Ожидаемые результаты:

- **Снижение числа простудных заболеваний**
- **Укрепление общего физического состояния ребёнка**
- **Улучшение успеваемости**
- **Поднятие эмоционального фона**
- **Блокирование и снятие стрессовых состояний**