

Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья или инвалидностью устанавливается особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура» на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. Это подвижные занятия адаптивной физической культурой в специально оборудованных спортивных, тренажерных залах или на открытом воздухе. При их проведении специалист обязан учитывать вид и тяжесть нарушений организма обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и инвалида. Для лиц с ограничениями передвижения это могут быть занятия по видам спорта, не требующим двигательной активности.

Занятия адаптивной физической культуры направлены на:

- ✓ выполнение индивидуально подобранных комплексов оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений для инвалидов и лиц с ОВЗ;
- ✓ выполнение простейших приемов самомассажа и релаксации;
- ✓ самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;
- ✓ преодоление искусственных и естественных препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- ✓ осуществление творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физической культурой;
- ✓ выполнение физических упражнений без учета времени для инвалидов и лиц с ОВЗ.

В ПУ №39 проводятся мероприятия направленные на формирование здорового образа жизни:

- День здоровья https://7608bc95-21d7-4c4f-b19f-bf0c931af2c6.filesusr.com/ugd/47a479_0ae81d5302bf4736af1cb612cfa5e426.pdf
- Встреча с медицинским психологом https://vk.com/wall-188630074_434
- Всемирный день здоровья https://7608bc95-21d7-4c4f-b19f-bf0c931af2c6.filesusr.com/ugd/47a479_1807d82e987c47b49f53f7a140a6f188.pdf
- Встреча с врачом-наркологом https://7608bc95-21d7-4c4f-b19f-bf0c931af2c6.filesusr.com/ugd/47a479_728f99f8eb4241f8a732dd8c0e47d796.pdf
- Классные часы по пропаганде ЗОЖ
- Тематические недели, рекомендованные министерством образования Иркутской области

