21 мая 2020

Движение – жизнь! Это высказывание убедительно подчеркивает значение физической культуры и спорта для человека. Снижение двигательной активности существенно сказывается на качестве жизни. Сегодня, когда обучение в МБОУ: Морозовская ООШ проводится в дистанционной форме, очень важно поддержать активный образ жизни каждого ученика.

Сейчас первостепенной задачей школы является создание максимально удобных условий для занятий физическими упражнениями в домашних условиях. Основным средством физической культуры являются упражнения, которые можно достаточно эффективно и безопасно выполнять дома. Занятия позволяют оставаться активными, готовыми более продуктивно усваивать большой объем знаний, предполагаемый дистанционным обучением. Вместе с тем, домашние тренировки предоставляют возможность оставаться в тонусе и поддерживать спортивную форму, улучшать настроение и общее самочувствие.