

# Применение динамической паузы в ДОУ

Работу выполнила студентка: 31д группы  
Власова Е.С.

Преподаватель: Боброва В.И.



**Что такое динамическая пауза  
для дошкольников?**

**Это кратковременные физич. упр.,  
организованные педагогами в течение всего  
дня, для снятия напряжения мышц,  
вызванное неподвижным состоянием и  
переключение внимания с одной  
деятельности на другую.**

Динамические паузы для дошкольников это: подвижные игры, хороводы, упражнения на контроль осанки, физкультурные минутки, пальчиковые игры, массаж кистей рук и лица, упражнения под ритмичную музыку.



Цель динамической паузы:

- Создаёт благотворную атмосферу для педагогического процесса
- развлекает детей
- несёт элементы релаксации



**Признаки утомления появляются: • у детей 3-4 лет через 7-9 минут занятия; • у детей 5- 6 лет - через 10-12 минут; • у детей 7-8 лет - через 12-15 минут.**



**Спасибо за  
внимание**

