

# ОБЪЕДИНИТЕЛЬНАЯ ШКОЛА В АНГАРСКОМ РАЙОНЕ



Проект  
выполнила  
Полухина Мария  
ученица 6«Б» кл.  
ОГОООУ «СШИ №4»

# ФИЗМИНУТКИ



**Стоп, уроки!**

**Стоп, дела,**

**Отдыхать пришла пора!**



**Цель проекта:** помочь учителям пополнить банк имеющихся физминуток новыми, интересными для детей, несущими отдых, разрядку.



“Если Вы хотите, чтобы жизнь улыбалась ВАМ, подарите ей сначала своё **ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ и ЗДОРОВЬЕ**”

Б. Спиноза

# Проблема:

По оценкам отечественных и зарубежных специалистов, у современных школьников в последнее время наблюдается снижение темпов роста, отмечается замедление развития. Получение учащимися образования происходит с ущербом для здоровья. Поэтому создаются здоровьесберегающие программы, одним из требований которых является присутствие на уроке оздоровительных моментов: физкультминуток, дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз..





# Актуальность:

- ◆ Учителя, готовясь к уроку, тратят много сил и времени на поиск заданий обучающего характера. На поиск разнообразных форм физминуток времени не остаётся. Нет методических пособий с физминутками.
- ◆ С ПОЗИЦИИ УЧЕНИКА МНЕ ХОРОШО ИЗВЕСТНО, КАКИЕ ФИЗМИНУТКИ НРАВЯТСЯ ДЕТЯМ.

# Задачи:

- **Выяснить в чем заключаются основные задачи физминуток на уроке.**
- **Познакомиться с различными формами проведения физминуток.**
- **Собрать банк физминуток.**



# ЭТАПЫ РАБОТЫ НАД ПРОЕКТОМ:



- Опросить учащихся и учителей о том, какие физминутки проводятся на уроках;
- Подобрать новые тексты к физминуткам;
- Оформить материал.
- Ознакомить УЧИТЕЛЕЙ И УЧЕНИКОВ С НОВЫМИ ФИЗМИНУТКАМИ, ПРОВЕСТИ Мастер- КЛАСС.



# Формы проведения физминуток:

- подвижная игра;
- имитация трудовых действий;
- произнесение чистоговорок, сопровождающееся действиями;
- физминутки в форме психофизической гимнастики, когда дети мимикой, жестами и движениями изображают разных животных.
- Гимнастика для глаз



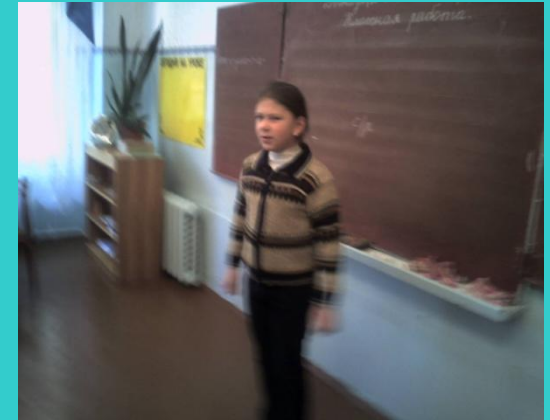


# Основные задачи физминутки

- внесение эмоционального заряда;
- совершенствовании общей моторики;
- выработка четких координированных движений во взаимосвязи с речью;
- восстановление и активизация организма.



# Знакомство С НОВЫМИ ФИЗМИНУТКАМИ



# Поздравление с Днём учителя и вручение сборника с физминутками.



Вывод: После проводимых упражнений дети легко включались в работу и выполняли ее быстрее. Таким образом, восстанавливалось потраченное время урока.

