Методические рекомендации для педагогов

«Использование динамических пауз на занятиях по изобразительной деятельности для психо-эмоциональной разгрузки»

Автор-составитель: Калинина Ю.П.,
педагог дополнительного образования МБОУДО «ДДЮТ»
2016 г.

«Движение – это жизнь» - эти слова известны практически каждому человеку. Тот факт, что двигательная активность полезна для организма человека, бесспорен. Особенно это касается детей. Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста очень велика. Ограничение активности в этот период может привести к задержке психического и речевого развития ребенка.

Физкультминутки, игры малой подвижности, динамические паузы – использование этих форм работы определяются практической необходимостью дать детям кратковременный отдых во время занятий, связанных с умственным напряжением и однообразным положением тела.

Но сразу хочется отметить, не на каждом занятии по изобразительной деятельности нужна физминутка. Если детям дана интересная тема для творчества, то они, как правило, не отвлекаясь с увлеченностью, работают над ней до конца достижения результата.

Если все-таки признаки утомления появились (зевота, повышенная раздражительность, длительные отвлечения, замедленность мелких движений и т. д.), то наиболее эффективным средством улучшения общего состояния являются физические упражнения. Их рекомендуют проводить в течение 2-3 минут в середине занятия.

Определенное значение имеет смысловое содержание физкультминуток, т.е. они должны быть, по возможности связанные с содержанием занятия. Так детям будет легче переключаться с одного вида деятельности на другую.

На своих занятиях я часто использую видеофизминутки, которые можно взять с https://www.youtube.com/. Они очень нравятся детям, которые с

большим удовольствием повторяют движения за героями. После таких пауз дети с энтузиазмом продолжают свою работу, и занятия заканчиваются всегда на позитивной волне.

Ссылки на физкультминутки:

https://www.youtube.com/watch?v=xTIVznmnHok
https://www.youtube.com/watch?v=inG2QQzBo8U
https://www.youtube.com/watch?v=wje-YR3r-7I