

*Алтынбаева Рамиля Раухановна*

бакалавр, воспитатель

*Харач Светлана Викторовна*

воспитатель

*Щеголькова Екатерина Викторовна*

воспитатель

АНО ДО «Планета детства «Лада» –

Д/С №160 «Дубравушка»

г. Тольятти, Самарская область

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИЗМИНУТОК НА ИНТЕРАКТИВНОЙ ДОСКЕ В РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ**

*Аннотация: в статье рассмотрены основные подходы к современной тенденции использования интерактивной доски в работе с дошкольниками. Представлен опыт внедрения технологии интерактивной доски при организации занятий с детьми дошкольного возраста, а именно разработка и использование физминуток на интерактивной доске.*

*Ключевые слова: федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного образования, информационно-коммуникационные технологии, интерактивная доска, физминутки.*

Одной из задач образовательной области «Физическое развитие» согласно Федеральным государственным образовательным стандартам дошкольного образования (ФГОС ДО) является становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, медицинской активности, при формировании полезных привычек и др.).

В связи с этим, становление ценностного отношения у дошкольников к своему здоровью подразумевает работу педагогов по трем направлениям:

1. Формирование представлений о здоровом образе жизни и его важности.

2. Формирование представлений у дошкольников о строении собственного тела.

3. Формирование мотиваций для двигательной активности воспитанников.

Остановимся подробнее на третьем направлении, в котором главной задачей педагогов – создать условия для достижения оптимального уровня двигательной активности детей в течение всего дня, а именно:

- повышение двигательной насыщенности режима дня дошкольников (включение большего количества подвижных игр и соревнований);
- актуализация положительных эмоций у дошкольников, так как радость и удовольствие – одни из наиболее значительных факторов привлечения детей к двигательной активности;
- актуализация досуговой деятельности (организация экскурсий, походов, физкультурных праздников и соревнований);
- разработка совместно с детьми творческих вариантов подвижных игр, упражнений, физкультминуток.

Следовательно, в современных условиях модернизации российского образования основная ориентация педагогов связана с усилением внимания к сформированности у ребёнка ценностного отношения к собственному здоровью. Здоровье детей – наша забота, и применение физкультминуток – как один из этапов работы по его сохранению.

Физминутка представляет собой небольшой комплекс физических упражнений, проводимый в течение 2–3 минут во время занятий в детском саду. Известно, что дети быстро утомляются на занятиях, поскольку длительное время находятся в статичном положении. Физкультминутки помогают предупреждению и снятию умственного утомления.

Отметим, что в настоящее время дошкольные образовательные учреждения строят свою деятельность в соответствии с новыми федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования (ФГОС ДО). Учитываются актуальные тенденции, в том числе, связанные с использованием в ходе образовательного процесса современных информационно –

коммуникационных технологий (ИКТ) и нового оборудования (интерактивных досок (ИД), приставок, проекторов). Вследствие этого у педагогов появилась возможность создавать и использовать интерактивные физминутки в ряде программных оболочек. Одной из наиболее распространённых программ является редактор Microsoft Power Point, как легко воспроизводимая, доступная, достаточно простая в использовании программа.

Педагоги детского сада АНО ДО «Планета детства «Лада» №160 «Дубравушка» г.о. Тольятти при создании физминуток используют следующие цифровые материалы: фоны слайдов – рисунки, выполненные детьми детского сада или картинки с интернет-сайтов; анимации формата gif, и музыкальное сопровождение формата MP3 – загружены с интернет-ресурсов.

В детском саду подобрана медиатека готовых и разработанных физминуток для использования на интерактивной доске. Для большинства физминуток характерен задорный музыкальный ряд, дети одновременно могут и подпевать, и читать стихи с героями сказок и мульфильмов. Дети также получают возможность не только увидеть разных животных, но и услышать их голоса, повторить их. Всё это способствует развитию речевой активности детей.

Хороши физминутки и тем, что дети могут повторять движения своих сверстников на экране, имитировать движения животных. Многие физминутки разработаны в сочетании с гимнастикой для глаз. Благодаря красочному оформлению многих физминуток собственными рисунками дошкольников и музыкальному сопровождению, презентации актуальны среди детей и тем самым: формируют у детей необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни, учат использовать полученные знания в повседневной жизни, обеспечивают ребёнку возможность сохранения здоровья при использовании физминуток на занятиях.

Физминутка «Чудесный остров» с музыкальным сопровождением «Чунгачанга», может быть использована для снятия мышечного напряжения на каждом занятии (рис.1):



Рис. 1. Фон для презентации, созданный воспитанниками дс

Физминутка «*Мой город*» с музыкальным сопровождением «Барбарики» была разработана специально для занятия по краеведению для снятия мышечного напряжения (рис. 2).



Рис.2. Фон для презентации, с учётом регионального компонента

Физминутка «*Зимняя*» с музыкальным сопровождением «Зимние деньки» для укрепления глазных мышц и снятия общей мышечной усталости (рис. 3).



Рис. 3. Фон для презентации с учётом комплексно-тематического планирования дс

Но как правильно подобрать комплекс движений на каждом занятии? Ответить на этот вопрос можно, если определить, что устало у дошкольников именно в данный момент? Выбор подходящей той самой эффективной физминутки для

---

дошкольников зависит от того вида деятельности, которым дети занимаются в настоящий момент.

Предлагаем примерную классификацию физминуток для дошкольников:

1. Комплекс упражнений для глаз. У современного ребёнка нагрузка на глаза просто огромная. Телевидение, компьютер, мобильные телефоны и игровые приставки занимают большую часть времени в течение дня дошкольника. Отдыхать глазам детей приходится только во время сна, гимнастика для глаз служит профилактикой нарушений зрения. Детям очень нравятся интерактивные физминутки на ИД – офтальмомотренажеры.

2. Пальчиковая гимнастика. Зачастую дошкольники при пользовании карандашом, кисточкой или ручкой довольно крепко сжимают пальцы, наивно полагая, что от этого у них красивее получается рисунок, буква или цифра. Как результат – мышцы кисти и руки быстро утомляются. В данном случае наиболее эффективной разминкой будет пальчиковая гимнастика с анимационными героями.

3. Релаксационные упражнения. Учебная деятельность приводит дошкольников к сильному возбуждению, волнению или угнетению. Отсюда появляется избыточное напряжение отдельных групп мышц. Дети не умеют самостоятельно избавляться от напряжения и неприятных ощущений. Дошкольников необходимо учить это напряжение чувствовать, изменять его степень или полностью снимать, расслабляя определённые мышцы тела. Релаксационные упражнения помогают детям устраниТЬ и эмоциональное напряжение.

4. Музыкальные физминутки. Эффект расслабления достигается путём сочетания снятия мышечного напряжения с терапевтическим влиянием музыки на психику дошкольников.

Наибольший эффект даёт сочетание нескольких разных комплексов. Таким образом, для дошкольников физминутка – минутка здорового и активного отдыха, но для педагогов – это возможность максимального эффективного обучения и одновременно оздоровления детей.

### ***Список литературы***

1. Файзуллина Л.А. Физминутки в детском саду. Из опыта работы, учитель-логопед / Л.А. Файзуллина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://edu.tatar.ru/nkamsk/dou53/page2748378.htm>