

Для чего предназначена разминка для детей?

Все мы знаем, что ребенку легче усваивать информацию во время игры. И если в детских садах практически вся программа обучения содержит элементы увлекательных и веселых игр, то в школах нередко преподаватели считают, что время забав закончилось. Однако все дети разные.

Некоторые непоседы не способны концентрировать свое внимание длительное время на скучных занятиях. Поэтому просто необходима какая-либо увлекательная разминка для детей на уроке. Тем более что существуют не только физические, но и интеллектуальные упражнения.



Они способствуют тому, что ребенок с интересом настраивается на учебный процесс. При этом развиваются его аналитические способности. Играя, даже невнимательные дети проявляют поразительное умение обобщить и выделить главное. Разминка для детей в школе особенно важна перед началом учебного дня. Она позволит ученикам настроиться на нужный лад, окончательно проснуться и запастись положительным зарядом энергии.

Как проводится разминка?

Основная задача преподавателя - сохранить интерес детской аудитории на протяжении всего занятия. Поэтому он должен подготовить какую-либо увлекательную разминку перед уроком, для того чтобы дети с большим

интересом отнеслись к обучающей информации. Также примерно в середине занятий рекомендуют сделать небольшую паузу, которая позволит расслабиться мышцам и отдохнуть мозгу учеников. Несколько минут физических упражнений, которые сопровождаются веселыми стишками или песенками, оказывают огромное влияние на снятие не только мышечного тонуса, но и эмоционального напряжения.

Разминка для детей должна выбираться с учетом возрастной категории учеников. Дети должны выполнять упражнения с удовольствием. Так как чаще всего они копируют поведение взрослых, необходимо показывать новую разминку ученикам, обыграв ее эмоциями. Тогда и дети не будут повторять движения вяло и без особого энтузиазма. В завершение обязательно нужно похвалить ребят за то, что они выполняли упражнения правильно и весело.

Разминка для детей позволит сохранить здоровье

Помимо того, что благодаря интересным разминкам учитель может объяснить сложный материал и удержать внимание детей к теме в течение всего урока, это еще и забота о физическом здоровье учеников. Прервать урок для того, чтобы размять мышцы, провести несколько упражнений для снятия напряжения с глаз не трудно. Зато такие мероприятия являются профилактикой заболеваний опорно-двигательной системы и ухудшения зрения. Поэтому переоценить значение разминки в учебных заведениях невозможно!