

Приложение

Из опыта работы по использованию физминуток на уроках в коррекционном классе.

В школе дети, кроме психологической, получают и большую физическую нагрузку. Быстро утомляясь, они отвлекаются, внимание их рассеивается. Занимательная игра активизирует внимание детей, снимает психологическое и физическое напряжение, облегчает восприятие нового материала. В значительной мере этому содействуют физминутки. Наибольшая эффективность от них достигается тогда, когда они по форме и содержанию разнообразны. Это упражнения, которые выполняются под счет, с равномерным чередованием вдоха и выдоха. Каждое упражнение рассчитано для укрепления очередной группы мышц.

На уроках чтения при работе над звуками, мне помогают упражнения, которые сопровождаются произнесением определенных звуков, например: - Вы, наверное, устали? -Да! И поэтому все встали!

Дружно вытянули шеи и как гуси зашипели «ш-ш-ш!».
Пошипели, помолчали, и, как зайки, поскакали!
Поскакали, поскакали и за кустиком пропали!

Самые популярные, самые распространенные **физминутки** – **двигательно-речевые**.

Дети коллективно читают стихи и одновременно выполняют различные движения:

Топай Мишка, хлопай Мишка,
Приседай со мной, братишка.
Руки вверх, вперед и вниз,
Улыбайся и садись.

На уроках русского языка и письма без физминутки для пальчиков не обойтись, дети их очень любят. И у каждого есть своя любимая, например:

Мы писали, мы писали,
А теперь все дружно встали.
Ножками потопаем, ручками похлопаем.
Затем пальчики сожмем,
Сядем и писать начнем.

Самая любимая физминутка у детей «Веселая минутка». На каждый мой вопрос дети отвечают хором «Вот так!» и жестом показывают нужное действие.

- Как живешь?
- Вот так! (показ большого пальца)
- Как идешь?
- Вот так! (прошагать двумя пальцами по ладони)
- А бежишь?
- Вот так! (согнуть руки в локтях и показать, как работают ими при беге)

- Как берешь?
- Вот так!
- А даешь?
- Вот так!
- Как шалишь?
- Вот так! (надуть щеки и слегка стукнуть по ним ладонями)
- А грозишь?
- Вот так! (погрозить пальчиком своему соседу)



Очень оживляются дети, когда на физминутку приходит какой-либо герой из сказки или мультфильма. Например, я показываю рисунок, на котором нарисован сказочный герой, а дети с удовольствием делают упражнения и декламируют:

Огуречик, огуречик! Не ходи на тот кончик,
Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет!

Как я уже говорила ранее, что у наблюдаемых детей в классе отмечается недоразвитие мелкой моторики рук, отмечается недостаточная координация пальцев, кисти руки, ног. В своей работе я использую жизненно необходимую пальчиковую гимнастику на каждом уроке. Этот вид работы проводят и педагоги на каждом уроке трудового обучения, ритмики, и во внеурочное время. Дети класса – комплекта занимаются на кружке «Подвижные игры», «Компьютерная грамота», «Кукольный театр», «Танцевальный» кружок, где общаясь друг с другом и педагогами, развивают свою речь.

