

*ЗНАЧЕНИЕ И ВИДЫ ФИЗМИНУТОК В СИСТЕМЕ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ.*



- *Физкультурные минутки – необходимая составляющая любой непосредственной образовательной деятельности, независимо от возраста детей.*



ЗНАЧЕНИЕ ФИЗМИНУТОК.

- предупреждение утомления
- улучшение общего состояния детей
- снятие напряжения в мышцах, вызванное неподвижным состоянием
- успокаивание нервной системы и восстановление работоспособности детей



Виды физминуток

□ По цели воздействия

- Релаксационные
- Активизирующие
- Развивающие

□ По форме организации

- Интерактивные
- Танцевально-ритмические
- Двигательно-речевые
 - подражательно-игровые (в стихотворной форме)
 - по инструкции (встать, потянуться, поднять правое плечо и т.д.)



Спасибо за внимание!

