

Верно - руки вверх,
неверно - руки вниз

$$55+20=75,$$

$$4 \cdot 25=80,$$

$$100:25 = 4,$$

$$60 - 22 = 58.$$

Верно - наклон головы вниз

Неверно - наклон назад

$$15+15 = 30,$$

$$12 \cdot 6 = 62,$$

$$99+ 11=110,$$

$$28 : 7 = 9$$

ЗАКОН *ОБ ОБРАЗОВАНИИ*

В соответствии с новым Законом каждая школа должна стать *школой здоровья*, а сохранение и укрепление здоровья обучающихся, должно стать приоритетной функцией образовательного учреждения.

Физкультминутка - элемент современного урока



ФИЗКУЛЬТМИНУТКА

один из способов - научить детей активно отдыхать во время проведения учебных предметов.



ЗНАЧИМОСТЬ И ЦЕННОСТЬ

- является средством переключения от пассивного сидения к движению, обеспечивает подготовку школьника к работе различного характера ;
- эмоциональная «встряска» учащихся, возможность «сбросить» накопившийся груз отрицательных эмоций и переживаний.

КЛАССИФИКАЦИЯ ФИЗКУЛЬТМИНУТОК :

- общего воздействия
- для улучшения мозгового кровообращения
- для снятия утомления с плечевого пояса и рук
- для глаз
- для системы дыхания



ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЮ ФИЗКУЛЬТМИНУТОК

- проводятся на начальном этапе утомления;
 - упражнения должны быть занимательны, знакомы и интересны учащимся, просты в своем выполнении;
- комплексы упражнений должны быть разными по содержанию и форме.
- в физкультминутки включаются упражнения на разные группы мышц.
- продолжительность выполнения 1,5-2 минуты.

- Во время проведения физкультминуток учащиеся могут сидеть за партой или стоять около нее, находиться у классной доски или в проходах между партами, стоять в кругу, в рассыпную, в парах, тройках, в группах.



РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Учитель должен:

- владеть двигательной культурой и образно показывать упражнения;
- уметь сочетать движения с музыкальным ритмом;
- знать основы терминологии физических упражнений.

