

## Консультация для родителей



### «Динамические паузы или физкультминутки для дошкольников».

Динамические паузы или физкультминутки для дошкольников – прекрасная возможность для ребёнка сделать переход между занятиями, снять эмоциональное напряжение, а так же познакомиться со своим телом. Динамические паузы можно использовать в течение всего дня в детском саду.

#### Выполняют следующие функции:

- **Развлекательную** – создают благоприятную атмосферу;
- **Релаксационную** – снимают напряжение, вызванное негативными эмоциями, перегрузками мышц, нервной системы, мозга;
- **Коммуникативную** – объединяет детей в группы, способствует их сотрудничеству, взаимодействию между собой;
- **Воспитательную** – формирует моральные и нравственные качества
- **Обучающую** – давать новые знания, умения, навыки, и закреплять их
- **Развивающую** – развивает речь, внимание, память, мышление – возникшие психологические процессы
- **Коррекционную** – «исправлять» эмоциональные, поведенческие и другие проблемы ребенка.
- **Профилактическую** – предупреждают появления психологических заболеваний
- **Лечебную** – способствовать выздоровлению.

Ритмические движения в сочетании со словом и музыкой представляют собой целостный воспитательно - развивающий процесс: на детей благотворно влияют темп, ритм, динамика музыки и слова, ритмическая пульсация, с которой связаны движения, вызывают согласованную реакцию всего организма.

Ритмический рисунок может выполняться самыми разными способами: хлопками, игрой пальцев на столе шагом, бегом, прыжками. Для дошкольников наиболее интересна стихотворная форма таких игр-упражнений, так же можно выполнять под весёлую детскую музыку.

Движения должны быть простыми, непринуждёнными, сочетаться со словом и музыкой. При проведении динамических пауз развиваются пластика движений, точность и координация как общей, так и мелкой моторики, выразительность голоса, мимика. Динамические паузы эффективно проводить между занятиями, так как они положительно настраивают детей.