**ДИНАМИЧЕСКИЕ ПАУЗЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

В последнее время наблюдается тенденция перегруженности детей дошкольного возраста различными кружками, секциями, занятиями. Даже в детском саду весь день малыша загружен и расписан поминутно. Что все-таки делать, как разгрузить и отвлечь малышей от нескончаемых заданий? Посодействуют динамические паузы.

Динамические паузы являются формами активного отдыха детей, снимают утомление и активизируют мышление малышей, увеличивают интеллектуальную работоспособность. Развитие малышей всегда происходит в движении. С развитием способностей движения в тесной связи находится звукопроизношение, потому принципиальным моментом в дошкольном возрасте является внедрение динамических пауз со словами в стихотворной форме.

Смешные стихи и забавные потешки, различные упражнения, имитирующие движения их содержания, позволяют проводить увлекательную, содержательную и колоритную физкультминутку в любой момент, как только преподаватель увидит, что внимание малышей становится рассеянным и им нужно взбодриться. Они веселят малышей, делают подходящую для обучения атмосферу, несут элементы релаксации, снимают нервное напряжение от перегрузок, объединяют малышей меж собой, содействуют взаимодействию, воспитывают и прививают способности общения, учат новым умениям и познаниям, развивают внимание, речь, мышление и память. Также они способны ненавязчиво корректировать трудности в поведении ребенка, предупреждают психические нарушения, содействуют оздоровлению. При динамических паузах происходит закрепление правильного произношения звуков, также развивается интонационная выразительность речи, пластика, мимические способности, координация, точность общей и мелкой моторики. Благодаря упражнениям, входящим в физкультминутку, у малышей улучшается осанка, усиливается обмен веществ в организме, развивается произвольное внимание и память, способность концентрироваться, малыши получают различные сенсорные впечатления, происходит восстановление положительно-эмоционального состояния.

Цель проведения динамических пауз - повысить либо удержать интеллектуальную работоспособность детей на занятиях (по математике, развитию речи и т. п.), обеспечить краткосрочный активный отдых для дошкольников во время занятий, когда значительную нагрузку испытывают органы зрения и слуха; мышцы туловища, в особенности спины, находящиеся в статическом состоянии; мышцы кисти работающей руки. Ребенок развивается в движении. При повышении двигательной активности осуществляется корректировка речевых нарушений, укрепление физического здоровья. С развитием двигательных способностей тесно связно звукопроизношение, поэтому очень важно в детском саду использовать динамические паузы со словами, стихотворениями по разной теме, подвижные игры.

Стихотворные тексты заучиваются, а потом четко проговариваются с детками вместе с воспитателем. Это сопровождается различными движениями. Ребята с наслаждением разучивают стихотворение и комплекс упражнений к нему. ϖ При проведении динамических пауз и пальчиковых игр происходит автоматизация звуков, развиваются интонация и выразительность голоса, мимика, пластика движений, точность и координация как общей, так и мелкой моторики кистей рук и пальцев. ϖ Ритмичные движения под музыку. Движения в сочетании со словами и музыкой представляют собой целостный воспитательный развивающий процесс: на малышей благотворно оказывают влияние темп, ритм, динамика музыки и слова, аритмическая пульсация, с которой связаны движения, вызывают согласованную реакцию всего организма. ϖ Физкультурные упражнения ориентированы на исправление осанки, профилактику плоскостопия, укрепление мышечного корсета, координацию и употребляются как для общих занятий физической культуры, так и в комплексах лечебной гимнастики, физкультминутках, спортивных играх, динамических паузах.

Для стимуляции умственного развития отлично применение кинезиологических упражнений. Кинезиологические способы оказывают влияние не только лишь на развитие интеллектуальных возможностей и физического здоровья, но и позволяют активизировать разные отделы коры больших полушарий, что содействуют развитию возможностей человека и корректировки проблем в разных областях психики. А именно, применение данного способа дает возможность развить у малыша память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику; понижает утомляемость; увеличивает способность к произвольному контролю. Динамические паузы нормализуют мышечный тонус, переключаемость движений, делают их точными, легкими, ритмичными. Статические упражнения содействуют развитию мышечной силы, динамической организации движений.

Хорошо подобранная физкультминутка, соответственная не только лишь предмету, но и теме занятия, содействует увеличению эффективности усвоения учебного материала. Познание себя, собственных способностей, мира вокруг нас у дошкольников в значимой степени получается благодаря моторной деятельности. Современные дошкольники, в отличие от собственных сверстников прошедших поколений, фактически не играют в подвижные игры, предпочитая виртуальные компьютерные игры, которые никак не могут удовлетворить биологическую потребность возрастающего и развивающегося организма в движениях и положительных чувствах, сопровождающих реальные игровые действия.

Многочасовое времяпровождение у мониторов компьютера и телевизоров, подавляющие физическую активность, уменьшают потенциал умственного и личного развития. Потому внедрение двигательных действий в качестве динамической, творческой и эмоциональной иллюстрации изучаемого материала на занятиях в детском саду защищает еще не окрепшую нервную систему и опорно-двигательный аппарат от долгих статических перегрузок.

Наши долголетние наблюдения позволяют сделать последующие выводы: - успешность применения физкультминуток на занятиях находится в зависимости от их разнообразия и качественных характеристик; - хорошо подобранные динамические паузы, смысловое содержание которых соответствует теме занятия, становятся его гармонической частью и содействуют увеличению эффективности усвоения учебного материала; - креативность и педагогическое мастерство воспитателей, опытный подбор и многократное (в течение занятия) включение в структуру учебной деятельности соответственных игровых движений, сопровождаемых речью, содействует увеличению энтузиазма малышей к учебному материалу, оказывает на их положительное всеохватывающее воздействие, помогает охранить и укрепить их здоровье.

Применяя такой метод как, динамические паузы, мы тем самым повышаем результативность воспитательно-образовательного процесса, формирую у воспитанников ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья. Двигайтесь, играйте с детками и будьте здоровы и счастливы.

Список литературы.

1. Аверина Ирина Евгеньевна. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ. Практическое пособие.

2. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие. - М.: АРКТИ, 2005. - 108 с. (Развитие и воспитание).

3. Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. / Под ред. А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцевой. - СПб.: Питер, 2013. - 464 с. 4. Тукачева С.И. Физкультминутки. Волгоград: Учитель.,2010 г.