

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №107»

Занимательные перемены

Разработала
Цильк Елена Викторовна,
учитель начальных классов

Новокузнецкий округ, 2020

Перемена – одна из составляющих физического развития учащихся, их двигательной активности, профилактики утомления у детей. Досуг во время перемены — тема всегда актуальная. По школьным коридорам им бегать нельзя, в телефоны играть — тоже. Таким образом, дети на переменах часто предоставлены сами себе и не всегда умеют самостоятельно организовывать свое свободное время. А что же тогда делать?

Психологические и медицинские исследования доказали, что двигательная активность очень важна для младших школьников, поскольку их работоспособность чисто на физиологическом уровне меньше, чем у взрослых, а утомляются они гораздо быстрее.

Хорошо организованная подвижная перемена – важный фактор улучшения двигательного режима детей. Переключение с малоподвижной деятельности на активные движения повышает оздоровительную ценность и увеличивает эффективность учебных занятий. Особенно необходимы такие перемены для младших школьников, которые испытывают потребность в движениях и игре. Регулярное проведение игр на перемене хорошо восстанавливает работоспособность, благоприятно отражается на состоянии и самочувствии учеников. Они спокойнее ведут себя в классе, внимательнее слушают учителя. Согласно расписанию уроков, мною были подобраны «Веселые перемены» и «Умные перемены». Их организация показывает, что ученики учатся проводить своё свободное время весело, продуктивно, а это положительно влияет на работоспособность учащихся в течение последующих уроков.

В каждом классе начальной школы должна быть организована зона отдыха, где дети смогут играть в спокойные игры. Для этих целей можно попросить у школьников принести для уголка отдыха ненужные настольные игры. По возможности, можно приобрести для этих целей специальные наборы, шахматы, шашки и другое или поиграть в спокойные игры.

«Спокойные перемены»:

1. «Продолжи сказку»

Первый участник пишет первое предложение сказки, подворачивает листок и передает второму. Тот продолжает, тоже подворачивает бумагу и передает следующему. Потом зачитывается вся сказка-нескладуха.

2. «Факс»

Дети сидят за партами, последний участник рисует пальцем на спине ученика перед ним фигуру, тот должен повторить ее на спине соседа впереди и так далее. Пока не дойдет до первой парты. Сидящий впереди оглашает рисунок.

3. «Что нарисовали?»

На бумаге первый рисует голову, загибает лист, чтоб было видно шею и передает далее. Следующий рисует туловище, загибает лист и так, пока не будет дорисован человек или животное.

4. «Пазлы»

Разрежьте на несколько частей картинки или открытки и сложите в целую картинку.

5. «Крестики-нолики»

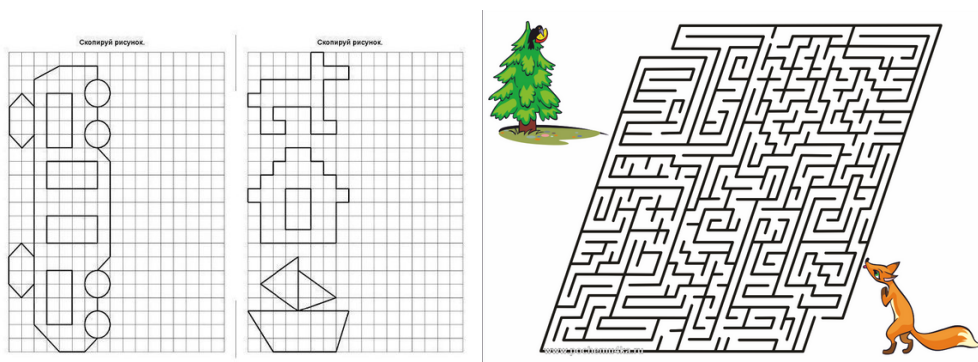
Расчертите лист решеткой. Поочередно один рисует крестик, второй – нолик, пока кто-то не перечеркнет три знака в ряд или по диагонали.

6. Игры - «конструкторы»



Конструктор из цветных ватных палочек. Нужно заранее раскрасить кончики ватных палочек и распечатать схемы сборки. Задача — как можно быстрее собрать фигуры из ватных палочек по схеме, правильно соединив по цветам все кончики.

7. Рисование по клеточкам, раскраски-антистресс, лабиринты



Рисование по клеточкам (раскраски и симметрия), знаменитые и популярные у взрослых раскраски-антистресс, а также любимое занятие детей — поиск выхода из лабиринта — отличный вариант отдохнуть на перемене, не выходя из кабинета.

«Веселые перемены»:

1. «Хлопки»

Игроки в кругу с присвоенным номером каждому. Все хлопают – дважды в ладоши и дважды по коленям. Хлопая в ладоши, нужно назвать свой номер, а хлопая по коленям – чужой. Тот, кто не успел свой номер назвать или назвал номер вышедшего игрока, в игре уже не участвует. Побеждают два последних оставшихся игрока.

2. «Квест»

В разных местах класса прячутся листики с загадками, которые приводят ребят к новому месту и в итоге туда, где спрятан предмет.

3. «Путаница»

Дети берутся за руки и запутываются, пролезая под руками и переступая друг через друга. Потом заходит ученик, который обязан распутать ребят, не размыкая им руки.

4. «Узнай голос»

Один ученик закрывает глаза, остальные водят хоровод вокруг. Потом ученик командует «Стоп!» и указывает пальцем на игрока перед собой. Тот должен вслух сказать: «Узнай меня!». Игрок, не открывая глаз, угадывает одноклассника по голосу.

5. «Перебежки»

Участники в кругу с расстоянием трех шагов друг от друга. Один ребенок в центре. По сигналу «Меняйтесь» детям нужно побежать и встать на свободное чужое место, водящий в том числе. Кому места не хватило – выходит в центр.

6. «Третий лишний»

Дети в парах, становятся в круг, один из пары сзади другого. Один школьник – ловец, второй – убегает. Убегающий может стать возле пары «третьим лишним», тогда тот, кто стоит последним в паре, должен убежать.

7. «Атомы-молекулы»

Учитель произносит «атомы» — дети бегают. Когда говорит «молекулы» — ученики должны собраться группами (обняться) в нужное число, например, «молекулы по три». Кто без пары остался – становится водящим.

«Умные перемены»:

I. Математика

1. «Не скажу!»

Игроки садятся в круг и перебрасывают друг другу мяч, называя при этом числа по порядку, но вместо нечетных чисел говорят «не скажу!» Например: не скажу, 2, не скажу, 4, не скажу, 6... Кто ошибся, выбывает из игры.

2. «Передай кубик»

Игроки стоят в колонне, перед первым игроком ставится кубик, на гранях которого записаны числа. По сигналу учителя кубик передается каждому ученику по очереди, с называнием чисел по порядку, пока не возвратится обратно. Затем точно так же передают кубик с называнием чисел по убыванию, называя каждое предыдущее число. Колонна, закончившая передачу кубика первым, побеждает. Игра повторяется 2—3 раза.

3. «С листком календаря»

Всем играющим прикалывают на грудь по листку из отрывного календаря. Листки надо подобрать так, чтобы играющие могли выполнить следующие задания:

1. Собрать команду, состоящую из пяти одинаковых дней недели (вторников, четвергов или пятниц и т.п. — числа значения не имеют). Побеждает команда, собравшаяся первой. (Все становятся в круг, поднимают вверх руки и хором называют свой день).

2. Собрать команду, состоящую из всех семи дней недели (число, месяц значения не имеют). Побеждает команда, вставшая в шеренгу первой.
3. Найти вчерашний день (например, «пятое сентября» ищет «четвертое сентября» и т. п.). Побеждает пара, которая нашлась первая.
4. Собраться так, чтобы образовался названный учителем год. Побеждает команда, которая раньше соберется.
5. Собраться так, чтобы сумма чисел на листках равнялась круглым числам (10,20, 30,40 и т. д.)

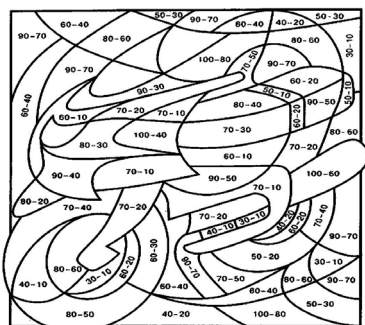
4. «Слагаемые»

Игру можно проводить как соревнование между командами, в каждой из которых по 10 участников. У каждого участника на груди висит номер - число от 1 до 10. Руководитель игры называет какое - нибудь число, например 7. Сразу же приседают участники, имеющие номера 2 и 5, 3 и 4, 1 и 6. В случае ошибки, допущенной одним из участников, вся команда, в которую он входит, получает штрафное очко. Побеждает та команда, у которой меньше всего штрафных очков.

5. «Узнай геометрическую фигуру»

На полу разными цветами начерчены геометрические фигуры. Учитель объявляет задание для первого ребёнка: «Пройди по сторонам треугольника»; второму ребёнку: «Пройди по линиям, обозначающим овал»; следующему: «Пройди по сторонам квадрата»; следующему: «Пройди по линиям, обозначающим круг»; следующему: «Пройди по красной линии и определи, по какой фигуре ты шёл». Аналогичные задания с другими цветами. Двигаться по линиям фигур можно группой по 5-6 человек, выполняя при этом движения, которые придумывают сами дети. Можно, двигаясь, например, по линиям овала, одновременно проговаривать: «Называется - овал, я его нарисовал».

6. «Математические раскраски»



Реши примеры и раскрась фрагменты картин в нужные цвета.
 в ответе 20 — зелёный в ответе 50 — красный
 в ответе 30 — чёрный в ответе 60 — жёлтый
 в ответе 40 — серый
 фрагменты без примеров пусть останутся белыми.

Redeem Ltd



2 - синий
 3 - малиновый
 4 - оранжевый
 5 - фиолетовый

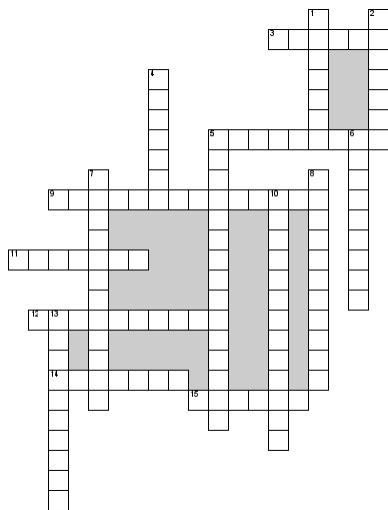
6 - жёлтый
 7 - голубой
 8 - салатный
 9 - красный



40 - красный
 50 - фиолетовый
 60 - малиновый
 70 - голубой
 80 - розовый
 90 - жёлтый

II. Русский язык

1. Кроссворд "Части речи"



По горизонтали

3. Часть речи, которая обозначает действие предмета и отвечает на вопросы "Что делать?" и "Что сделать?"
5. Главный член предложения. Обозначает действие предмета и отвечает на вопросы: «что делает предмет?», «что с ним делается?»
9. Часть речи, обозначающая признак, качество и свойства предмета.
11. Морфема, которая служит для образования новых слов.
12. Главный член предложения, обозначающий предмет и отвечающий на вопросы «кто?», «что?»
14. Наука, которая изучает устойчивые сочетания слов.
15. Основная часть слова.

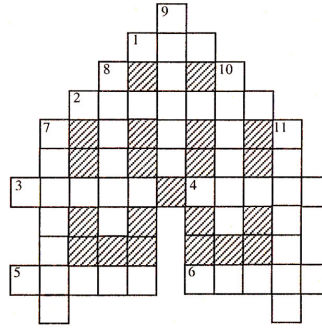
По вертикали

1. Часть речи, обозначающая признак действия.
2. Буквы, которые поются.
4. Служебная часть речи, которая служит для связи существительного, местоимения и числительного с другими словами в словосочетании.
5. Часть речи, которая обозначает предмет.
6. Как правильно: «одеваться» или «одеваться».
7. Слово, которое обозначает количество предметов при их счёте.
8. Часть речи, которая указывает на предмет, но не называет его.
10. Существительные бывают собственными и ...
13. Раздел науки о языке, изучающий правописание слов.

2. Кроссворд «Непроверяемые безударные гласные. Словарные слова»

По горизонтали

1. Когда чёрен - куслив и задорен, как покраснею, так присмирею.
2. Повертишь круг - заговорит далекий друг.
3. Два братца через дорожку живут, а никогда не видятся.
4. Одной рукой всех встречает, другой провожает.
5. Десять мальчиков живут в зеленом чуланчике.
6. Рукавом махнул - дерево нагнуло.



По вертикали

7. Сам худ, голова с пуд.

8. Иду в воду красен, выйду - черен.

9. С подругами и сестрами она приходит к нам, рассказы, вести новые она приносит по утрам.

10. Сама пестрая, ест зеленое, дает белое.

11. Маленький мальчишка в сером армячишке, по дворам шныряет, крохи собирает.

3.Кроссворд «Звонкие и глухие согласные»

По горизонтали

1. В шубе - летом, зимой - раздетый.

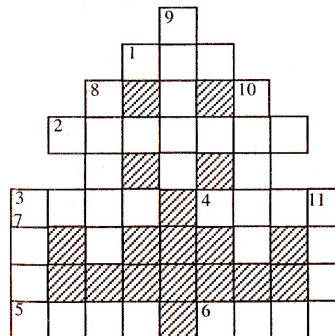
2. Толстый тонкого побьет, тонкий что-нибудь прибьет.

3. Лежит мужичок в золотом кафтане, подпоясан пояском, встать не может, люди поднимают.

4. Кто зимой холодной ходит злой, голодный?

5. Рассыпался горох на двенадцать дорог.

6. Что на себе не видишь?



По вертикали

7. С неба - звездой, на ладошке - водой.

8. Золотист он и усат, в ста карманах сто ребят.

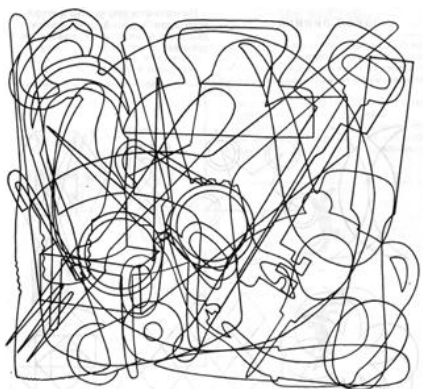
9. Семьсот ворот, да один выход.

10. Без рук, без ног, а в избу лезет.

11. Слеп да тупорыл, всю Землю изрыл, мороз пришел - в землю ушел.

III. Головоломки

1. Целый день я сидел, рисовал, а был у меня только один листочек бумаги. Думаешь, мало можно нарисовать на одном листочке? Двадцать разных вещей я тут разместил. Попробуй их найти все!

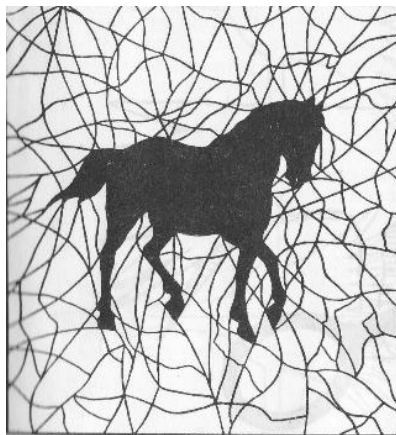
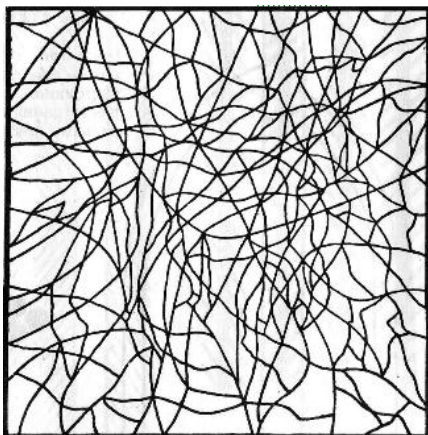


Ответ: Карманные часы. Утюг. Кисть. Кастрюля. Чайник. Очки. Лопата. Стамеска. Ножик. Шило. Стул. Вилка. Ключ. Ножницы. Катушка. Револьвер. Трубка. Рубанок. Электрическая лампочка. Яйцо.

2. Эти смешные рисунки нарисованы одним росчерком пера. Умеешь ли ты так рисовать?



3. Лошадь - не иголка, а зайдёт в чащу – найти её не легко. Ну-ка, попробуй, отыщи её!



Ответ:

«Музыкальные перемены»:

Бегать по школьному коридору нельзя, а дети хотят двигаться? Можно устроить на перемене мини-дискотеку или флеш-моб в условиях кабинета, она будет бесшумной и безопасной. Дети могут выйти к доске или встать в проходах между рядами парт

После отдыха работоспособность не только восстанавливается, но и часто превышает исходный уровень. И.М. Сеченов впервые показал, что восстановление работоспособности при наступившем утомлении происходит значительно быстрее не при полном покое и отдыхе, а при активном отдыхе, когда происходит переключение на другой вид деятельности.