

**ВСЕРОССИЙСКИЙ
КОНКУРС**

**ЗДОРОВЫЕ
РЕШЕНИЯ**



Русский язык в движении

5 минут спорта на уроке — и здоровье, и грамотность

ФИНАЛ КОНКУРСА ↑ЗДОРОВЫЕ РЕШЕНИЯ↓

Рамиля Рустемовна · Учитель начальных классов · г. Буинск, Республика
Татарстан



Цена неподвижности



Неразрешимый конфликт

Заставляя ребёнка быть неподвижным ради грамотности, мы сталкиваем потребности мозга и возможности тела.

□ Если нельзя остановить движение — его нужно **возглавить**.



ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ИНИЦИАТИВА

«Русский язык в движении»

Физкультура — не перемена между частями урока, а **органичная** часть самого предмета.

Три направления методики



Словарная работа через движение

Слово «биатлон» — приседания.
Двойная согласная — мышечная память.



Грамматика кончиками пальцев

Существительное — встаём.
Прилагательное — хлопок. Глагол — садимся.



Письменная речь через событие

Эстафета в рекреации — потом репортаж. Эмоция снимает страх чистого листа.

Результаты говорят сами

15%

Меньше пропусков
по болезни

25%

Меньше ошибок
на пропуск букв

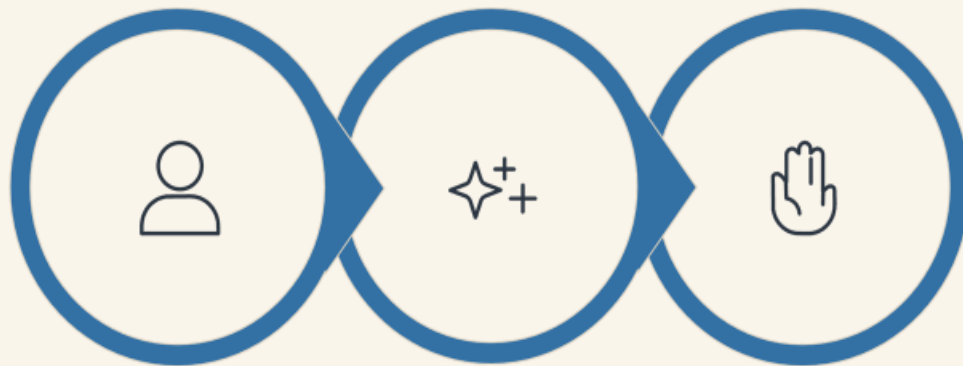
40%

Снижение тревожности
перед контрольными



Кабинет русского языка перестал ассоциироваться со стрессом. Он стал местом, где можно дышать.

Попробуем вместе



Существительн
ное

Прилагательн
ое

Глагол

Солнце → встаём. **Яркое** → хлопок. **Светит** → садимся. **Дети** → встаём. **Шустрые** → хлопок. **Бегут** → садимся.



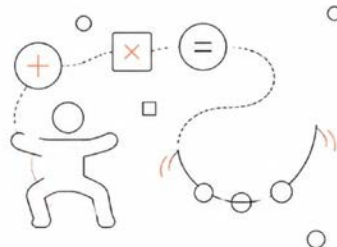
Слово «яркое» запомнится навсегда — оно ассоциируется с радостным хлопком и выпрямленной спиной.



Четыре предмета с двигательной интеграцией:



- **Русский язык**
(грамматика через жесты,
диктант с упражнениями)



- **Математика**
(задачи про поезда разыгрываются,
умножение как приседания,
состав числа на скакалке)



- **Окружающий мир**
(йога-позы для позвоночника,
игра «замри-и-двигайся» по
правилам дорожного движения)



- **Литературное чтение**
(разминка «удар мечом героя» для
былин, ходьба в ритме для заучивания
стихов)



Она опирается на базовую потребность ребёнка в игре

Пятиминутная динамика повышает плотность урока; там, где раньше требовалось 15 минут объяснений, хватает семи.

Здоровый учитель — здоровый класс

Было

Борьба с природой ребёнка. Шум. Выгорание. Спина болит к концу дня.

Стало

Потребность в движении удовлетворена **легально и вовремя**. В классе стало **тише**.

Парадокс: разрешили шуметь — стало тише.

Здоровье учителя к здоровью класса



Крепких нервов и лёгкой походки!

Рамиля Рустемовна · г. Буинск, Республика Татарстан





Спасибо за
внимание!