

С.М. Корнієнко

ВЕСЕЛА ПЕРЕРВА

1-4 класи

Навчально-методичний посібник

Видання друге, перероблене, доповнене

*Рекомендовано
Міністерством освіти і науки України*



ТЕРНОПІЛЬ
НАВЧАЛЬНА КНИГА – БОГДАН

УДК 373.3
ББК 74.20
К 67

Рецензенти:

доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри спорту
і спортивних ігор Запорізького державного університету

Н.Г. Байківна

доктор педагогічних наук, професор Тернопільського
національного педагогічного університету

А.В. Вихруц

вчитель-методист початкових класів ЗОШ №17 м. Тернополя

Н.С. Кордуба

Рекомендовано

Міністерством освіти і науки України

Корнієнко С.М.

К 67 Весела перерва. 1–4 класи : навч.-метод. посібн. / С.М. Корнієнко. —
Вид. 2-ге, переробл. і доп. — Тернопіль : Навчальна книга – Богдан,
2013. — 96 с.

ISBN 978-966-10-1900-2

Посібник містить різноманітні навчально-практичні матеріали,
які допоможуть молодшим школярам весело й цікаво організовува-
ти перерви між уроками, а також дозвілля в післяурочний час.

Адресований дітям молодшого шкільного віку, педагогам,
організаторам позакласної і позашкільної роботи, вихователям
таборів літнього відпочинку, студентам факультетів підготовки
вчителів початкових класів, батькам.

УДК 373.3
ББК 74.20

*Охороняється законом про авторське право.
Жодна частина цього видання не може бути відтворена
в будь-якому вигляді без дозволу автора чи видавництва.*

ISBN 978-966-10-1900-2

© Навчальна книга – Богдан, 2013

До уваги дорослих!

Не секрет, що значні перевантаження і малорухливий спосіб життя сучасних школярів стали реальною перешкодою для їхнього нормального фізичного розвитку. Вчені встановили, що за період навчання в школі кількість здорових учнів зменшується в чотири рази. Особливо велике занепокоєння викликає погіршення стану здоров'я учнів молодших класів. Так, за матеріалами Національної Академії Наук України, абсолютно здорових учнів початкових класів на сьогодні лише 5 відсотків.

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), близько 50 % усіх чинників, що впливають на здоров'я людей, лежать у сфері способу життя, до 20–25 % — у сфері навколишнього (в тому числі виробничого та побутового) середовища, до 15–20 % — у сфері спадковості і приблизно 10 % — у сфері медичної допомоги.

Відомо, що основою життєдіяльності людського організму є робота м'язів і психіки як засобу реагування на ситуацію та запоруки тривалої працездатності. Тому здоров'я дитини значною мірою залежить від доцільного чергування фізичної та розумової діяльності.

Отже, залучення школярів до різних форм фізкультурно-оздоровчих, навчально-розважальних і спортивно-релаксаційних занять у режимі навчального дня сприятиме активному відпочинку, відновленню фізичних сил, реабілітації та корекції здоров'я наших дітей.

Сподіваємось, даний посібник допоможе розв'язати ці актуальні проблеми.

Любі друзі!

Ви стали школярами. Ходите до школи. Вчитеся читати, писати, розв'язувати задачі... Уважно слухаєте пояснення вчителя на уроках. Стараєтесь сумлінно виконувати всі його вказівки та поради.

Але від довготривалого сидіння за партою часто болить спина, голова. Тоді дуже хочеться, щоб швидше пролунав дзвінок на перерву і можна було побігати, пострибати, повеселитися.

Ваше бажання цілком природне. Рух необхідний для повноцінного розвитку людського організму. Знайте, що біг, стрибки, рухливі ігри та забави на свіжому повітрі допомагають подолати розумову перевтому, зміцнюють здоров'я, поліпшують настрій. Для цього й існують у школі перерви між уроками.

Втім, якщо вам більше до вподоби спокійні ігри — можете взятися до розгадування загадок, ребусів і т.д.

Ця книжка допоможе вам знайти улюблене заняття, цікаво провести вільний від навчання час разом зі шкільними друзями або в родинному колі, подарує хороший настрій.

Учіться відпочивати весело і з користю.

ЛІЧИЛКИ

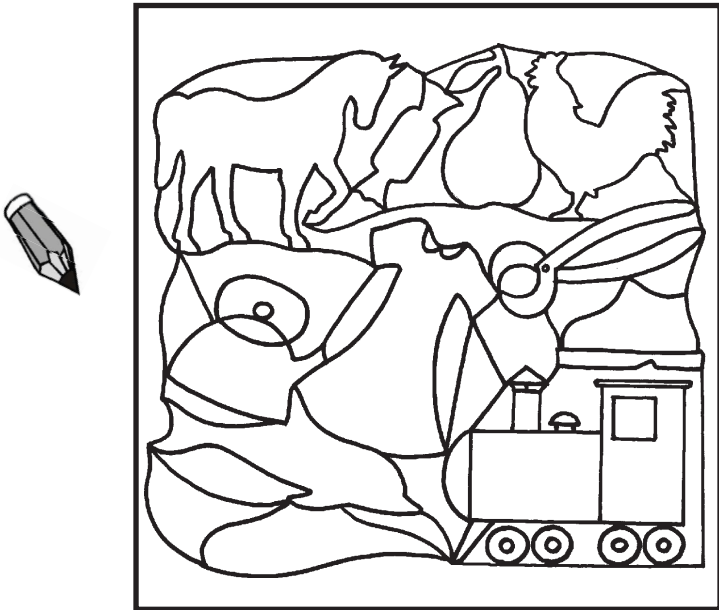
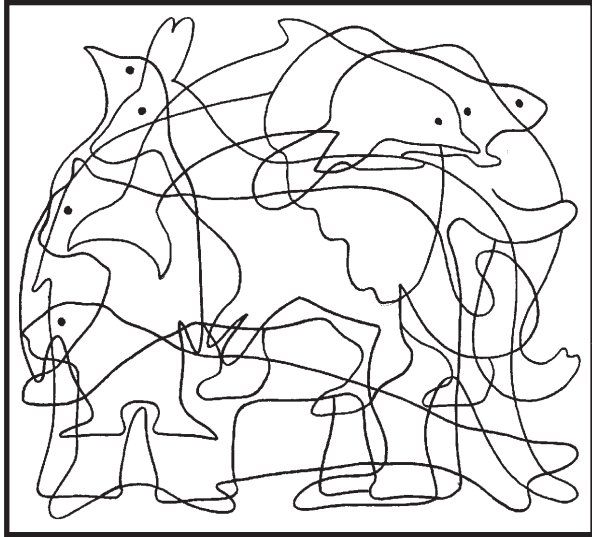
Жодна дитяча гра не обходиться без лічилок. Розучіть їх — і ви зможете без зайвих суперечок визначити черговість ведучих під час проведення ігор, першість виступу тієї чи іншої команди в змаганнях та ін.

1. Покотило, покотило
по дорозі волочило —
сонце, місяць і зірки,
на кілочку вийдеш ти.
2. Бобре, бобре,
заховайся добре,
бо я хортів маю,
по колі пускаю!
3. Із добірної пшенички
ми спекли вам палянички,
будем ними частувати
тих, хто любить працювати!
4. Ясне сонце впливає,
коту спинку пригріває.
Кіт воркоче, кіт воркоче,
ніби щось сказати хоче.
Няв!
5. Щоб летіти на планети,
збудували ми ракети.
Раз-два-три (2р.) —
полетиш сьогодні ти!
6. Ходить кіт вперед-назад,
він шукає мишенят.
Мишки в нірочках мовчать,
тільки хвостики стирчать.

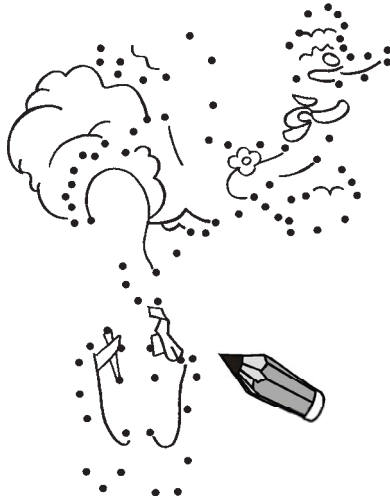
7. Ляльки дві і ведмежатко,
круглий м'ячик і зайчатко —
порахуй, будь ласка, ти!
Раз, два, три, чотири, п'ять —
будеш ти нас всіх шукать!
8. Поміж нами, малюками,
є один сміліш за всіх.
Раз-два-три,
це, напевно, ти!
9. Раз-два-три-чотири,
козі дзвоника вчепили.
Коза бігає, кричить,
хоче дзвоник відчепить!
10. Котилася торба
з високого горба.
А в тій торбі —
хліб-паляниця.
Кому доведеться,
той буде жмуриться!
11. Стоїть верба над потоком,
похилилась трохи боком,
похилилась до води,
ти — лови!
12. Понад цвітом бринить бджілка,
сидить в збіжжі перепілка,
на черешні — горобець,
а хто зловить — молодець!
13. Тікав заєць через міст —
довгі вуха, куций хвіст.
А ти далі не тікай,
рахувати починай!
Раз, два, три — вийди ти!

Тренуйте пильність

Уважно подивіться і скажіть, що зображено на цих малюнках.



2. Що це за тварина? З'єднайте всі крапки однією лінією — і ви без труднощів упізнаєте, хто це так причепурився. Спробуйте провести цю лінію, не відриваючи олівця від паперу.



3. Кого кличуть каченята? З'єднайте однією лінією всі крапки, не відриваючи олівця від паперу, — і ви побачите, кого кличуть каченята.



16. Калейдоскоп жартів / Упорядн. Михайло Тукайло. — К.: Дніпро, 1991. — 158с.
17. Козленко Н.А., Мацулевич В.П. Физическое воспитание учащихся первых классов шестилетнего возраста. Пособие для учителя. — К.: Рад. шк., 1988. — 144 с.
18. Кинль В.М. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в группах продленного дня для младших школьников. Пособие для учителя. — К.: Рад. Шк., 1988. — 160 с.
19. Методичні рекомендації “Особливості організації” і проведення літнього відпочинку школярів” / За заг. ред. Тарасової Т.В. — Тернопіль, 1997. — 172 с.
20. Петренко И.И. Как подружить школьников с физкультурой. — К.: Просв., 1988. — 123 с.
21. Прокофьева С.А. и др. Румяные щечки. — изд. 2-е с изм. доп. — М.: Физкультура и спорт. 1988. — 192 с.
22. Савченко О.Я. Розвивай свої здібності: Навчальний посібник для молодших школярів. — К.: Освіта, 1995. — 159 с. (трансформація гуманітарної освіти в Україні)
23. Савченко О.Я. Умій вчитися: Навч. посібник для молодших школярів. — К.: Освіта, 1996. — 192 с.
24. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. Физкультпривет минуткам и паузам! Сборник упражнений для дошкольников и школьников: Учебно-методическое пособие для педагогов школьных и дошкольных учреждений. — СПб.: “Детство-Пресс”, 2005. — 128 с.
25. Талызина Н.Ф. Формирование познавательной деятельности младших школьников. — М., 1988.
26. Уроки з народознавства: Посібник / Упоряд. Дмитренко М.К., Дмитренко Г.К. — К.: Ред. часопису “Народознавство”, 1995. — 224 с.

Радимо познайомитися з додатковою літературою

Учню:

1. Азбука здоров'я (Цикл бесід “Знаєш ли ты свой организм и умеешь ли беречь здоровье”. Пособие для учащихся III–IV классов, экспериментальные материалы). Сост. Т.Д. Кузнецова, П.А. Пласкунова, И.М. Розживина, И.П. Сабурова, Е.В. Соколов, В.И. Шахненко. Под ред. Кузнецовой. — М. Изд-во АПН СССР, 1986. — 58с. ил.

Вчителю-практику, студенту:

1. Вільчаковський Е.С., Козленко М.П., Цвек С.Ф. Система фізичного виховання молодших школярів для викладачів та студентів вищих навчальних закладів освіти I–II рівнів акредитації: Навчально-методичний посібник. — К.: ІЗМН, 1998. — 232с.
2. Корфман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. — М.:1998.
3. Шахненко В.І. Абетка здоров'я. Посібник з валеології для вчителів I-х класів. — К.: Котигорошко, 1996. — 136с.
4. Охорона життя і здоров'я дітей. Част. 2. Культура здоров'я молодшого школяра. I–IV-і класи. Програма та методичні поради для вчителів початкової школи. Укл. В.І. Шахненко: — К. : ІСДО, 1995. — 192с.

Батькам:

1. Физкультура для всей семьи (Сост. Козлова Т.В., Рябушкина Т.А. — М.: Физкультура и спорт, 1989. — 436с., ил. — (межиздат, сер. Б-ка для родителей).
2. Шахненко В.І. Азбука здоров'я. Домашні уроки харчування. — К.: НДЦ проблем молоді, 1991. — 63с.

ЗМІСТ

До уваги дорослих!	3
Дорогі друзі!	4
Лічилки	5
Ігри	10
Рухливі ігри	10
Малорухливі ігри	16
Навчальні ігри	20
Загадки	23
Про рослини	23
Про тварин	24
Про людину	26
Про явища природи	26
Про предмети побуту	28
Загадки-ребуси	30
Загадки-головоломки	35
Скоромовки	37
Вправи для розвитку розумових здібностей	40
Тренуйте спостережливість	40
Позмагайтесь у кмітливості	43
Прийдіть на допомогу	44
Позмагайтесь у спритності	47
Перевірте свою уважність	48
Тренуйте пильність	51
Ребуси	53
Кумедні історії	62
Розмалюйки	68
Спортивно-масові таночки	73
Фізкультхвилинки	78
Музичні паузи	86
Ігрові хвилинки	88
Використана література	90



“КНИГА ПОШТОЮ” А/С 529
м. Тернопіль, 46008
т. (0352) 287489, 511141
(067) 3501870, (066) 7271762
mail@bohdan-books.com

Навчальне видання

КОРНІЄНКО Сергій Миколайович

ВЕСЕЛА ПЕРЕРВА
1-4 класи

Навчально-методичний посібник

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України

Головний редактор *Богдан Будний*
Редактор *Ірина Рибницька*
Обкладинка *Володимира Басалиги*
Комп'ютерна верстка *Галини Телев'як*

Підписано до друку 12.02.2013 р. Формат 60х84/16. Папір офсетний.
Гарнітура Times. Умовн. друк. арк. 5,58. Умовн. фарб-відб. 5,58

Видавництво «Навчальна книга – Богдан»
Свідоцтво про внесення до Державного реєстру видавців
ДК №370 від 21.03.2001 р.

Навчальна книга – Богдан, просп. С. Бандери, 34а, м. Тернопіль, 46002
Навчальна книга – Богдан, а/с 529, м. Тернопіль, 46008
тел./факс (0352) 52-19-66; 52-06-07; 52-05-48
office@bohdan-books.com www.bohdan-books.com

ISBN 978-966-10-1900-2



9 | 789661 | 019002