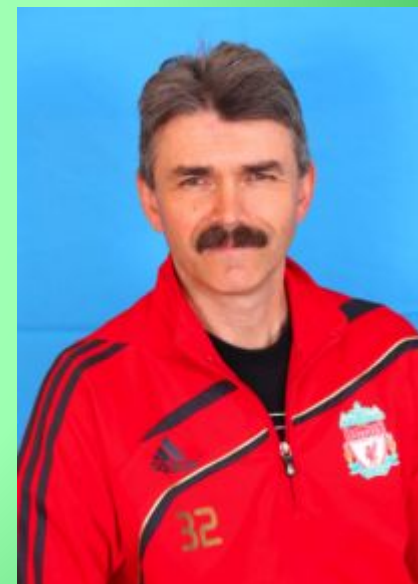


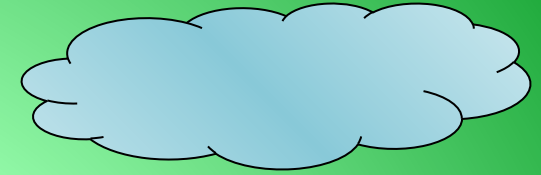
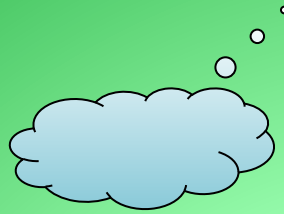
МНЕМОТЕХНИКА

НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



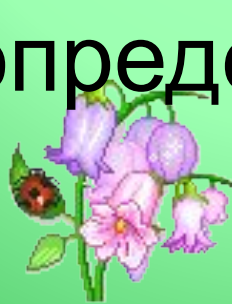
Составил
инструктор по физической культуре
Лузик Игорь Петрович





Мнемотехника – это система методов и приёмов, обеспечивающих эффективное запоминание, сохранение и воспроизведение информации

Мнемотаблица – это схема, в которую заложена определённая информация



Мнемотехника помогает развивать

ассоциативное
мышление

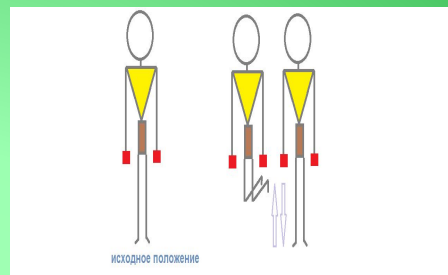
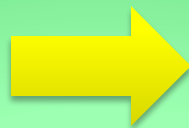
зрительную и
слуховую память

зрительное и
слуховое внимание

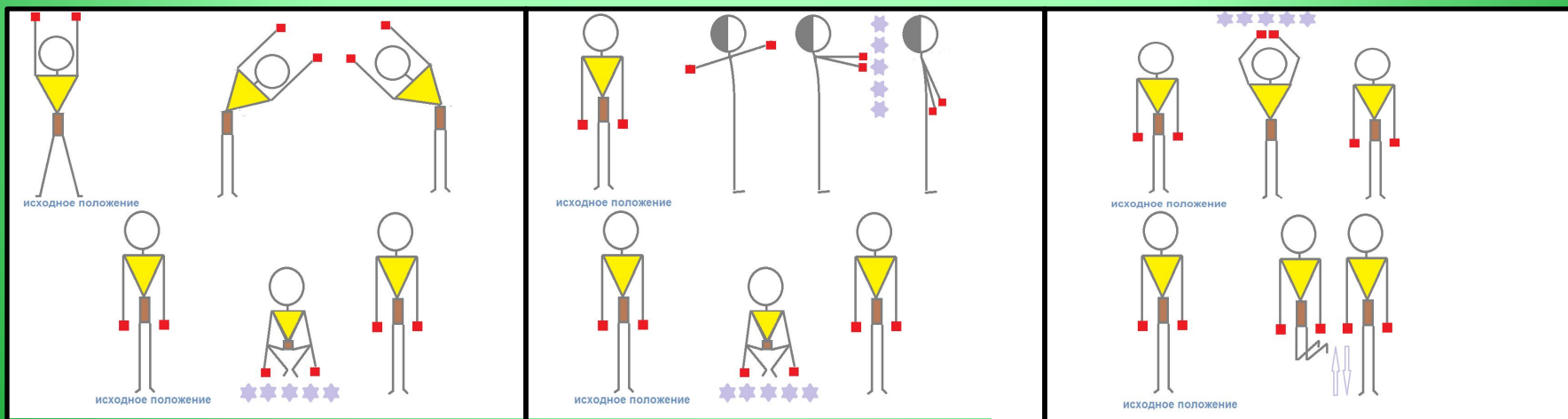
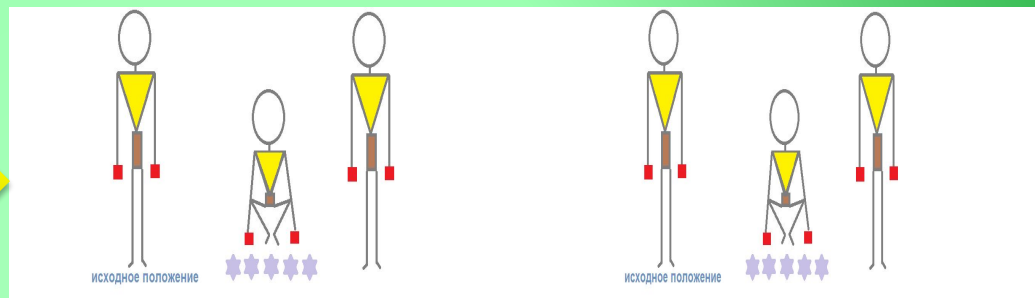
воображение



Мнемоквадрат



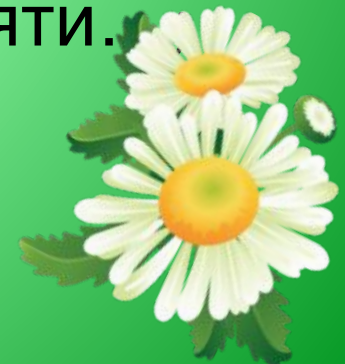
Мнемодорожка



Мнемотаблица

Задачи:

- развитие у детей умения с помощью графической аналогии, а так же с помощью заместителей понимать и выполнять знакомые движения , упражнения по мнемотаблице;
- обучение детей правильному выполнению комплексов ОРУ;
- развитие у детей умственной активности, сообразительности, наблюдательности;
- развитие у детей психических процессов: мышления, внимания, воображения, памяти.



Работа по мнемотаблицам состоит из трех этапов:

1. Рассматривание таблицы и разбор того, что на ней изображено.

2. Осуществляется перекодирование информации, т.е. преобразование из символов в образы.

3. После перекодирования осуществляется выполнение упражнений.



МНЕМОТАБЛИЦА (Схема ОРУ)

ОРУ – специально разработанные движения для рук, ног, туловища , шеи и других частей тела, которые могут выполняться с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе.

Условные обозначения:

И.п.- исходное положение

в и.п.- вернуться в исходное положение

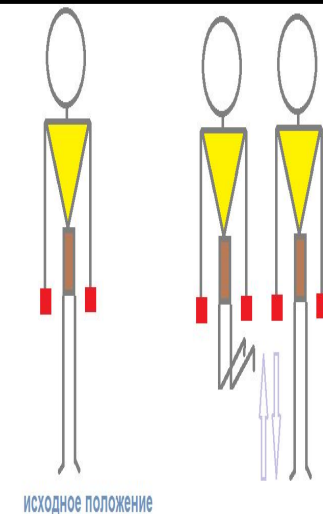
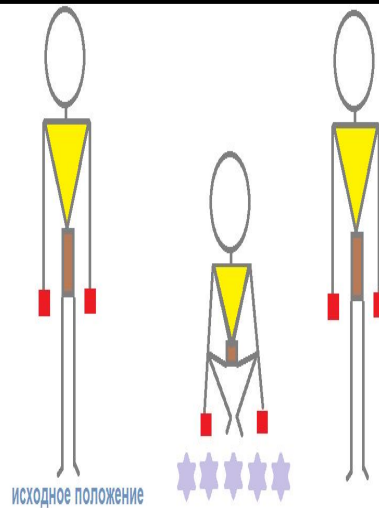
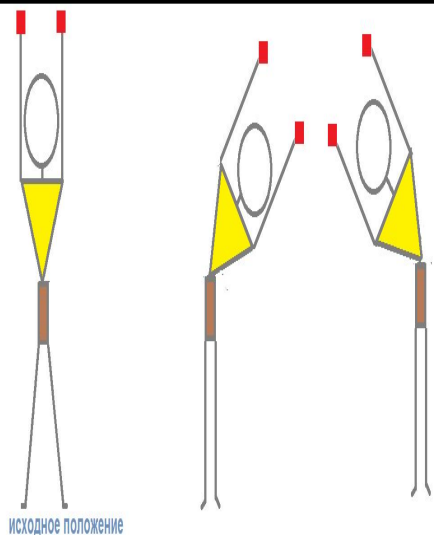
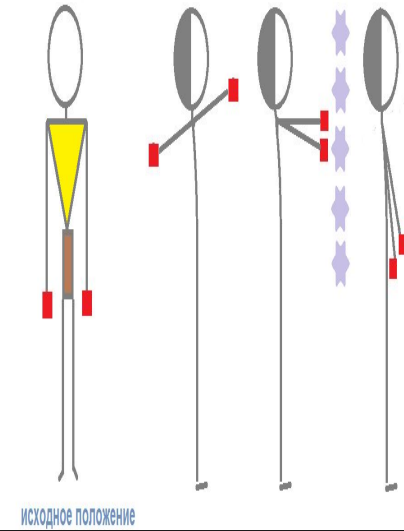
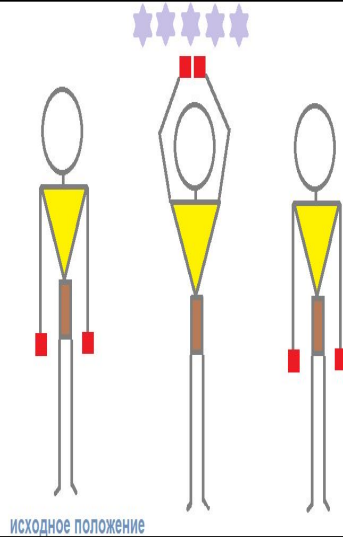
В — 1- выполнение под счет

звездочки — хлопки (количество звёздочек обозначает количество хлопков)

Общеразвивающие упражнения для детей 3-4 лет II младшая группа

Комплекс № 1 с кубиками

Комплекс № 1 с кубиками



Лицевая сторона мнемотаблицы

Общеразвивающие упражнения для детей 3-4 лет II младшая группа

Комплекс № 1 с кубиками

(для выполнения упражнений каждому ребенку понадобится два кубика)

| № | Содержание | Дозировка |
|---|---|--|
| 1 | И.п. стоя, ноги слегка расставлены кубики в обеих руках, руки опущены вниз. В — 1-3 поднять руки вверх, постучать кубик о кубик; 4- в и.п | 5 раз |
| 2 | И.п. стоя, ноги слегка расставлены кубики в обеих руках, руки опущены вниз. В — 1-3 вытянуть руки вперед, разводя руки в стороны постучать кубик о кубик; 4- в и.п. | 6 раз |
| 3 | И.п. стоя, ноги на ширине плеч, кубики в обеих руках, руки подняты вверх. В — 1- наклониться влево; 2- наклониться вправо. | по 3 разв в каждую сторону без остановки |
| 4 | И.п. стоя, ноги слегка расставлены кубики в обеих руках, руки опущены вниз. В — 1-3 присесть, постучать кубиками по полу; 4- в и.п. | 5 раз |
| 5 | И.п. стоя, ноги вместе, кубики в обеих руках, руки опущены вниз. В — прыжки на месте | 6-8 раз |

Оборотная сторона мнемотаблицы

МНЕМОСХЕМА (круговая тренировка)



МНЕМОТАБЛИЦА (подвижная игра)

Игра

«Мой весёлый, звонкий мяч»

Ход игры.

Воспитатель, делая движение рукой, как – будто отбивает мяч и говорит:

Мой веселый, звонкий мяч

Ты куда пустился вскачь?

Красный, жёлтый, голубой,

Не убегай от меня, стой!



Дети, изображая мяч, прыгают на месте на двух ногах.

После слова **«стой!»** дети – «мячики» останавливаются, и на слова воспитателя: **«Марина, лови!»** (называет любого ребенка) дети – «мячики» убегают, а Марина их ловит.

Игра продолжается. Прыгать нужно только на обеих ногах.

Бежать по прямой до определенного места.

**Спасибо за
внимание!**