

ВИДАВНИЦТВО
РАНОК

ВЧИТЕЛЮ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

Л. Шалімова

Тематичні фізкультур- хвилинки

Математика

Основи здоров'я

Природознавство

Українська мова

Літературне читання

2



ВЧИТЕЛЮ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

Л. Шалімова

Тематичні фізкультурні хвилинки

- Математика
- Основи здоров'я
- Природознавство
- Українська мова
- Літературне читання



ВИДАВНИЦТВО
РАНОК

УДК 796:373.31
Ш18

Серія «Вчителю початкової школи»

Шалімова Л. Л.

Ш18 Тематичні фізкультхвилинки. 2 клас / Л. Л. Шалімова. — Харків: Вид-во «Ранок», 2018. — 96 с. — (Серія «Вчителю початкової школи»).

ISBN 978-617-09-4017-9

У даному посібнику педагоги знайдуть тематичні фізкультхвилинки для учнів 2 класу. Кожна фізкультхвилинка певним чином пов'язана із навчальною програмою (оновлений варіант, 2016 р.), тобто відповідає окремій темі чи ряду тем, опрацьованих учнями, з урахуванням їх хронологічної та календарної послідовності.

Матеріал, поданий у книзі, може використовуватися на уроках не в повному обсязі, а частково, вибірково, на розсуд класовода.

УДК 373.21:37.032



**Разом дбаємо
про екологію та здоров'я**

ISBN 978-617-09-4017-9

© Шалімова Л. Л., 2017

© ТОВ Видавництво «Ранок», 2018

ПЕРЕДМОВА

Фізкультхвилинка — це активний відпочинок школяра, спрямований на зменшення втоми, зняття негативних впливів від тривалих статичних навантажень, на активізацію уваги та підвищення здатності дитини до більш ефективного сприйняття навчального матеріалу.

Фізкультхвилинку вважають необхідним ігровим, руховим релаксаційним елементом уроку, що сприяє психологічній розрядці дитини, перемикає увагу учня з одного виду діяльності на інший, допомагає ліквідувати застійні явища в органах та системах, покращує обмінні процеси, попереджає та знімає розумове стомлення школяра.

Час проведення фізкультхвилинки визначає вчитель за зовнішніми ознаками втоми вихованців.

Проводячи фізкультурну хвилинку зі школярами початкової ланки, педагогу рекомендується зважати на такі правила:

- Кожна тематична фізкультхвилинка має тривати близько 2–2,5 хвилин.
- Слід віддавати перевагу нескладним руховим діям, що легко запам'ятовуються дітьми.
- Вправи повинні охоплювати великі групи м'язів і знімати статичне напруження, що спричиняється тривалим сидінням за партою.
- Рухові дії мають бути різноманітними. Наприклад: потягування, нахили, повороти, присідання, підскоки, біг на місці, рухи кистями тощо.
- Вправи повинні бути простими, цікавими, доступними дітям, за можливості пов'язаними зі змістом занять, мати ігровий характер.
- Комплекс вправ виконується учнями зазвичай у проходах між партами, іноді — стоячи або сидячи на робочих місцях.
- Фізкультхвилинки мають проводитися в провітреному приміщенні, тож заздалегідь у класі потрібно відкрити кватирку або вікно.
- Необхідно також подбати, щоб одяг учнів не сковував їхніх рухів (школярам радять розстебнути комірці, послабити пояси тощо).

- Під час проведення фізкультхвилинки слід звертати увагу на поставу та правильне дихання дитини.

Сучасна програма початкової школи передбачає реалізацію різноманітних технологій: від традиційних до інтерактивних та інтернет-технологій. Особливе місце у вивченні кожного предмета займають здоров'язберігаючі технології, до яких можна віднести і фізкультхвилинки.

Активізацію рухової активності учнів на уроці можна ефективно впроваджувати в освітній процес згідно матеріалу, що вивчається дітьми. Фізкультхвилинки, які органічно включені вхід уроку та відповідають його змісту, називають тематичними.

У даному посібнику педагоги знайдуть тематичні фізкультхвилинки для учнів 2 класу. Кожна фізкультхвилинка певним чином пов'язана із навчальною програмою (оновлений варіант, 2016 р.), тобто відповідає окремій темі чи ряду тем, опрацьовуваних учнями, з урахуванням їх хронологічної та календарної послідовності.

Матеріал, поданий у книзі, може використовуватися на уроках не в повному обсязі, а частково, вибірково, на розсуд класовода.

Сподіваємося, що цей методичний посібник допоможе вчителям, які працюють із другокласниками, організувати й побудувати навчальний процес оптимальним чином, так, щоб кожен школяр, не зважаючи на свої індивідуальні особливості, отримав можливість брати активну участь в освітньому процесі, із задоволенням отримувати нові знання, не завдаючи шкоди своєму здоров'ю, підтримуючи впродовж уроку необхідну увагу, стійкий інтерес до навчання та розумову активність.

ФІЗКУЛЬТХВИЛИНКИ

УКРАЇНСЬКА МОВА

Українська абетка

Підведімося, пограймо
Та абетку пригадаймо!

(Учні встають з-за парт.)

А, Б, В, Г, Ґ, Д, Е —

(Оплески.)

Привітаймо новий день!

(Потягуються вгору, змахують піднятими руками.)

Є, Ж, З, И, І, Ї —

(Оплески.)

Хто ж не любить тут пригод?

(Нахиляють голову праворуч-ліворуч.)

К, Л, М, Н, О, П, Р —

(Оплески.)

Пострибаємо тепер!

(Стрибки.)

С, Т, У, Ф, Х, Ц, Ч —

(Оплески.)

Покрокуємо ми ще!

(Маршові кроки.)

Ш, Щ, знак м'який, Ю, Я —

(Оплески.)

Все, сідаймо на місця!

(Діти повертаються за парти.)



Склад слова

Встаньмо! В грі веселій, діти,
Слід склади нам повторити!

(Діти встають зі своїх місць.)

Склад один у слові *крок* —
Веселіш крокуй, дружок!

(Ходьба на місці чітким кроком.)

В слові *змахи* два склади —
Помахаймо я і ти!

(Змахи кистями розведених у сторони рук.)

В слові *оплески* — їх три
Плескай, руки догори!

(Оплески над головою.)

Веселенько ми пограли
Й знов за парти посідали.

(Учні сідають за парти.)



Голосні звуки

Треба дітям дружно встати —
Звуки голосні згадати.

(Учні підводяться з місць.)

А-а-а! О-о-о! —

(Почергове випрямлення рук угору, голова піднята.)

Вранці сонечко зійшло!

(Кроки на місці, руки на поясі.)

И-и-и! І-і-і! —

(Почергове випрямлення рук у сторони.)

Радісно тобі й мені!

(Кроки на місці, руки на поясі.)

У-у-у! Е-е-е! —

(Випрямлення однієї, потім іншої руки вперед.)

А урок уже нас жде!

(Кроки на місці, руки на поясі.)

Ми погralись, відпочили —
Працювати знову сіли.

(Діти сідають на свої місця.)

Наголос у словах

Перервемо ми урок —
Відпочинемо із вами.

(Діти встають та виходять з-за парт.)

Руки сплетемо в замок.

*(Руки перед грудьми, кисті переплетені;
спину прогнути.)*

У принцеси — гарний замок.

(Нахили голови праворуч-ліворуч.)

У похід рушаєш ти —
Слід з собою воду брати.

(Кроки на місці.)

Два дубочки, мов браті,
Хочуть діток привітати.

(Погойдування тулубом праворуч-ліворуч, руки підняті.)

А тепер у клас вертаймо,
Далі наголос вивчаймо!

(Учні повертаються на свої місця.)



Ненаголошені **е, и**

Встаньмо й повторімо в грі
Ми правопис *е* та *и*.

(Учні підводяться.)

Ось стрибки — від слова стриб.

(Стрибають.)

А грибки — від слова *гриб*.
(Нахиляються, руки тягнуть униз.)
Небеса — від слова *небо*.
(Погойдують піднятою головою.)
А верба — від слова *верби*.
(Нахили тулуба в сторони.)
Силачі від слова *сила*.
(Згинають руки в ліктях угору, стискають кулачки.)
Повторили — й знову сіли!
(Діти сідають на місця.)

Позначення на письмі звуків [дз'], [дз], [дж]

Підведімося, малята,
Будемо фантазувати:
(Діти встають з-за парт.)
Як ми в дзеркало дивились,
(Ставлять долоні перед обличчям.)
Як із бджілкою зустрілись,
(Ходьба зі змахами рук.)
Слухали джмеля дзижчання,
(Нахили голови праворуч-ліворуч.)
Срібне джерела дзюрчання.
(Учні присідають.)
Потім дзигою погрались —
(Кругові обертання рук перед грудьми.)
Й працювати повсідались!
(Учні займають місця за партами.)



Вдосконалення вимови звуків [г] та [ґ]

Встали хлопці і дівчата —
Та й гуртом пішли гуляти.

(Учні підводяться з місць і крокують.)

Вгору глянули дружненько —

(Погойдують піднятою головою.)

ґави там летять сірєнькі.

(Стають на носки, змахують руками.)

Гордо гуси гелґотять —

(Переступають перевальцем.)

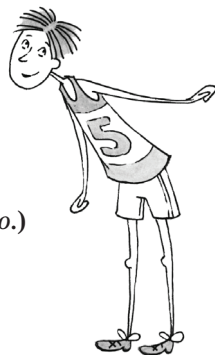
Біля ґаночку шиплять.

(Трохи нахилиються вперед, витягуючи шию.)

Прогулялись, відпочили —

І гарненько, тихо сіли.

(Діти повертаються на свої місця.)



Дзвінки та глухі приголосні

Підведімось, милі друзі,
Звуки повторімо в русі!

(Діти встають зі своїх місць.)

У ліску зайчисько жив,

(Підстрибування.)

Він обновки звірям шив.

(Імітація праці з голкою.)

Іноді молів він каву

(Кругові обертання рук перед собою, кисті з'єднані.)

І на каву кликав ґаву.

(Легкий біг зі змахами рук.)

Ми дзвінки й глухі згадали —

(Піднімають руки — вдих, опускають — видих.)

Разом, дружно посідали.

(Учні повертаються за парти.)

Позначення м'якості приголосних буквами *і, я, ю*

Час нам підвестись, малятка
Жде нас, діточки, зарядка.

(Учні встають з-за парт.)

Любі дітки, не лініться —
Відпочиньте, потягніться!

(Потягування в сторони, спину прогинають.)

Руки вільно піднімайте,

(Руки спрямовують угору.)

До сусіда простягайте.

(Поворот тулуба з рухами рук.)

Ніжки в нас потупотіли.

(Притупування.)

Працювати учні сіли.

(Діти займають місця за партами.)



Позначення м'якості приголосних знаком м'якшення

Ти швиденько, друже, встань!

(Діти підводяться.)

Промінь ручками дістань!

(Піднімають руки вгору.)

Ще й навшпиньки піднімись,

(Ритмічно піднімаються на носки.)

Пильно-пильно подивись.

(Повороти голови в сторони.)

Пострибай, як горобець!

(Підстрибування.)

Сядь за парту. Молодець!

(Учні сідають на місця.)

Подовжені м'які приголосні звуки

Зайченята встали зрання —

(Учні підводяться з місць.)

Узялись до потягання.

(Потягуються.)

Назбирали в лузі зілля,

(Нахиляються, стискають-розтискають кисті.)

Пострибали на дозвіллі.

(Підстрибують.)

Звеселили нас киванням,

(Погойдують голівками.)

Запросили до навчання!

(Діти повертаються за парти.)



Удосконалення вимови слів із апострофом

Встаньмо, проженімо втому —

І пограємось гуртом ми!

(Діти встають зі своїх місць.)

М'ячик б'ють, а він стрибає.

(Стрибки.)

В'юн ставочком пропливає.

(Імітація плавання.)

В'ються бджілки біля м'яти.

(Легкий біг зі змахами рук.)

Вітер в'язи став гойдати.

(Погойдування тулубом, руки підняті.)

Розім'ялись ми, спочили,

Ще й апостроф повторили!

(Учні повертаються за парти.)

**Розвиток уявлень про те, що слово служить
для назви предмета**

Щоб відпочити, ми встали
Й назви предметів згадали.

(Діти підводяться.)

Хто? — Горобець, танцюрист.

(Підскоки.)

Хто? — Перехожий, турист.

(Крокування.)

Що? — Сонце, небо, хмаринка.

(Погойдують піднятою головою.)

Що? — Фізкультура, розминка.

(Ривки руками в сторони.)

Але розминка скінчилась у нас,
Тож до уроку вернутися час!

(Учні сідають за парти.)



Іменник

Дружно встали ми пограти
Та іменники назвати:

(Учні встають із місць, стають на проході.)

Крок, ходьба і поворот —

(Повертають голову праворуч-ліворуч, переступаючи.)

Все це назви неістот.

(Оплески.)

Балерина, лиска, котик —

(Кроки на носках.)

Це іменники-істоти.

(Оплески.)

Парта — теж іменник, дітки!

(Діти заходять за парту.)

Час за неї сісти швидко!

(Сідають.)

Велика буква в кличках тварин

Знову наші учні встали,
Добрих друзів пригадали.

(Діти встають з-за парт.)

Перший друг — це пес Дружок,

(Підскоки.)

Другий — Хомка, хом'ячок;

(Ходьба-дріботіння.)

Кіт Василь та кішка Смужка,

(Кроки на носках.)

Родіон — малий папужка.

(Змахи руками.)

А тепер усі сідайте,
Правило запам'ятайте!

(Учні сідають за парти.)



Прикметник

Підведіться, любі діти:
Час прикметник повторити!

(Діти підводяться.)

Небо яке? — Синє, високе.

(Потягуються вгору.)

Річка яка? — Чиста, широка.

(Розводять руки, прогинаючи спину.)

А наші учні які?

(Нахили голови в сторони.)

Спритні, завзяті, прудкі!

(Стрибки з оплесками.)

Відпочили? Всі сідають,
Працювати починають!

(Учні займають місця за партами.)

Прикметники з протилежним значенням

Підведемося й про всякі
Поміркуємо ознаки.

(Учні встають з-за парт.)

Спритний зайчик влітку сірий,
А в зимову пору — білий.

(Підскоки.)

День похмурий — він сумний,

(Піднімають-опускають плечі.)

А веселий день — ясний.

(Кроки з оплесками.)

Не ліниві всі ми діти,

(Похитують голівками.)

А сумлінні, працюючі.

(Кроки з оплесками.)

Щойно трохи відпочили —
Враз за парти дружно сіли.

(Діти сідають за парти, складаючи руки перед собою.)



Утворення прикметників від іменників

Встаньмо, гратися підемо
І прикметники знайдемо!

(Діти підводяться, виходять з-за парт.)

В кого сила є, — той сильний.

(Згинають лікті, стискають кулачки.)

Хто рух любить, — той рухливий.

(Швидкі кроки.)

А усіх, хто розум має, —

(Нахили голови в сторони.)

Тих розумними вважають.

(Оплески.)

Слід і силу, й розум мати!
Сядьмо, друзі, працювати!

(Учні повертаються на місця за партами.)

Практичне змінювання прикметників за числами

Підведіться, не баріться!
Я спитаю — ви озвіться!

(Учні підводяться й рівно стають біля парт.)

Хто бадьорий? — Ми бадьорі!

(Випрямляють руки вгору.)

Хто проворний? — Всі проворні!

(Оплески.)

Хто меткий? — Усі меткі!

(Підскоки.)

А сумлінний, діточки?

(Нахиляються вперед, прогинаючи спину.)

Всі сумлінні учні в нас:
Знають — працювати час!

(Діти займають місця за партами.)

Дієслово

Устаньмо, друзі, і мерщій
Слова згадаймо — назви дій!

(Діти підводяться, виходять з-за парт.)

Ми руки піднімаємо,

(Піднімають руки від плечей угору.)

Голівками киваємо,

(Нахилили голови праворуч-ліворуч.)

Стрибаємо і скачемо,

(Стрибки.)

Ми дивимось, всіх бачимо.

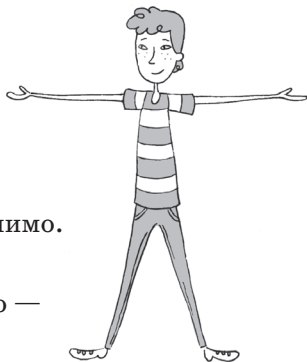
(Випрямлення рук у сторони.)

Ми ніжками тупочемо —

(Учні тупотять.)

Знов працювати хочемо!

(Повертаються на свої місця.)



Дієслова, близькі за значенням

Підвелися діти, встали,
(Учні встають зі своїх місць.)
Друзів кликали, гукали.
(Змахи піднятими руками.)
Всі скакали та стрибали,
(Підскоки.)
Кроком йшли, марширували.
(Чіткі кроки.)
Ми кружляли, обертались...
(Діти обертаються навкруг себе.)
Відпочили і погralись!
(Сідають за парти.)

Дієслова, протилежні за значенням

Ми сиділи — треба встати,
Ми навчались — слід пограти.
(Діти підводяться з-за парт.)
Струнко всі на місці стали,
(Стають рівно, голова піднята.)
А тепер — покрокували.
(Марширують.)
Руки вгору підняли ми,
(Піднімають руки.)
Далі — руки опустили.
(Опускають руки.)
Ми присіли — підвелися.
(Присідають, потім випрямляються.)
Хто сумує, усміхнися!
(Похитують голівками.)
Годі вже відпочивати —
Школярам час працювати!
(Повертаються на свої місця.)



Добір дієслів для доповнення (завершення) речень

Ми з-за парт дружненько ... встали.

(Учні встають зі своїх місць.)

Всі голівками ... кивали.

(Нахили голови в сторони.)

У долоньки ... поплескали.

(Оплески.)

Ще й руками ... помахали.

(Змахи піднятими руками.)

Стали кроком ... крокувати,

(Ходьба-марширування.)

Та й вернулись ... працювати.

(Учні сідають за парти.)

Прийменники в реченні

Підвелися ми з тобою,

(Учні рівно стають біля парт.)

Наші руки — за спиною.

(Відводять руки назад, прогинаються.)

Від підлоги відштовхнулись,

(Підстрибування.)

Аж до стелі потягнулись!

(Потягування вгору.)

На сусіда подивились —

(Повороти голови.)

І на місце знову всілись!

(Діти повертаються за парти.)



Споріднені слова

Слів споріднених багато,
Час у грі їх пригадати!

(Діти підводяться з місць.)

Потягались, потягання.

(Потягуються.)

Стрибуни, стрибок, стрибання.

(Підстрибують.)

Біг, побігти, біговий.

(Легкий біг на місті.)

Марширую, маршовий.

(Крокують.)

Розім'ялись ми уміло —
І тепер тихенько сіли.

(Учні сідають за парти.)



Добір однокореневих слів

Пошук, друзі, розпочнемо
Слів, що однокореневі!

(Учні встають з-за парт.)

Сніжний, сніг, сніжить, сніжинка.

(Переступають на носках, виставивши руки долоньями вгору.)

Стежка, стежечка, стежинка.

(Ходьба на місці.)

Вітер, вітряний, вітрила.

(Погойдування тулубом у сторони.)

Силачі, зусилля, сила.

(Імітація піднімання гантелей.)

Діти слів знайшли чимало —
Та й навчатись далі стали.

(Діти повертаються на свої місця.)

Спостереження за словами з омонімічними коренями

На прогулянку пішли ми,
Дивні там слова зустріли.

(Учні встають і виходять з-за парт.)

Ось у небі голубім

(Похитують піднятою головою.)

Лине зграйка голубів.

(Змахують руками.)

Прудко скаче білка мила,

(Стрибки.)

Та чомусь руда, не біла.

(Учні низують плечима.)

Міст новий у центрі міста.

(Кроки на місці.)

Все! Нам час за парти сісти!

(Діти сідають за парти.)

Розповідні речення

Реченнями залюбки
Висловимо ми думки:

(Учні встають з-за парт.)

В небі хмарка пропливає,

(Похитують піднятою головою.)

Море хвилі піднімає,

(Піднімають руки.)

Стежкою їжак біжить,

(Дріботять.)

До гніздечка птах летить,

(Легкий біг зі змахами рук.)

В лузі гарно пахнуть квіти,

(Глибокий вдих-видих.)

А урок чекає діток.

(Діти повертаються на свої місця.)



Питальні речення

Треба, учні, рівно стати,
Хочу дещо в вас спитати.

(Діти підводяться.)

В нас веселий, дружний клас?

(Кивають голівками.)

Є тут ледарі між вас?

(Заперечні повороти голови.)

Діти вміють крокувати?

(Ходьба на місці.)

Полюбляє хтось стрибати?

(Стрибки.)

Що за вправа — потягання?

(Діти потягуються.)

А кому час до навчання?

(Повертаються на місця за партами.)



Спонукальні речення

Діти, встаньте, не баріться!

(Учні встають зі своїх місць.)

Хутко вгору потягніться!

(Потягування.)

На носочках походіть!

(Кроки навшипінках.)

Руки вгору підніміть!

(Випрямлення рук угору.)

У долоні поплескайте!

(Оплески над головою.)

Працювати знов сідайте!

(Діти сідають за парти.)



Головні слова в реченні

Устаньте, і в грі ми разóm закріпімо
Слова, що у реченні є головними.

(Діти встають з-за парт.)

(Що?) Доц ...

(Що робить?) капотить.

(Погойдують піднятими головами.)

(Хто?) Птах...

(Що робить він?) летить.

(Кроки на носках зі змахами рук.)

(Що?) Ніжки ...

(Що роблять?) стрибують.

(Підстрибування.)

(Хто?) Діти ...

(Що роблять?) зітхають.

(Руки піднімають — вдих; опускають — видих.)

Із користю всі відпочили

Ї на місця дружненько сіли.

(Учні займають місця за партами.)

Текст

Ось вам текст фізкультхвилинки:

Час устати на розминку!

(Учні підводяться, стають рівно.)

Спершу ми навшпиньки стали,

(Піднімаються на носки.)

Далі — хмароньку дістали.

(Потягуються вгору.)

Дружно діти пострибали,

(Підскоки.)

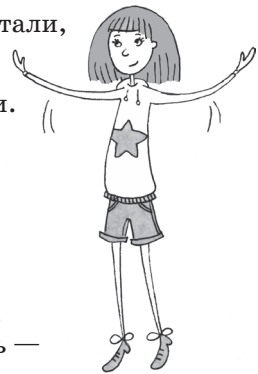
Потім всі покрокували.

(Ходьба.)

Фізкультпауза скінчилась —

Школярі за парти всілись.

(Діти повертаються за парти.)



Будова тексту

Ось зачин наш: «Не зівай,
До веселих вправ ставай!»

(Діти виходять з-за парт.)

Перейдемо ми з тобою
До частини основної.

(Кроки на місці.)

Головою похитаймо,

(Нахили голови праворуч-ліворуч.)

У долоні поплескаймо.

(Оплески в долоні.)

Усі спинки прогинали,

(Руки згинають у ліктях, відводять назад.)

Трохи помарширували,

(Маршові кроки.)

До кінцівки ми дістались —
Працювати повсідались.

(Сідають за парти.)



Текст-опис

Зараз учням слід устати —
Себе в рухах описати.

(Діти встають зі своїх місць.)

Ми — веселі діточки,

(Похитують голівками.)

У нас ніженьки прудкі.

(Притупують, руки на поясі.)

У нас руки вправні дуже,

(Кругові рухи кистями; руки підняті.)

Ми — завзяті, добрі, дружні.

(Маршові кроки.)

Маємо наснагу гратись

(Учні заходять за парти.)

І бажання, щоб навчатись!

(Сідають на місця, руки складають перед собою.)



Текст-розповідь

Ось втомились наші діти, —
Підвелися відпочити.

(Учні підводяться з місць.)

Ми веселку уявили,

(Простягають руки: уперед — угору — в сторони.)

Комарів метких ловили.

(Оплески в довільних напрямках.)

По мотузочці пройшли ми,

(Дрібні кроки, руки випрямлені в сторони.)

Навіть трішки підросли ми!

(Діти стають на носки.)

Ми розважились чудово —
До роботи всі готові!

(Повертаються на свої місця.)

Слова ввічливості

Підвестись нам слід, пограти
Й чарівні слова згадати.

(Учні встають з-за парт.)

«Добридень!» — сонцю я скажу.

(Похитують піднятою головою.)

«Світи, будь ласка!» — попрошу.

(Оплески над головою.)

Промовлю друзям я: «Привіт!».

(Змахують однією рукою.)

Змахну рукою їм, як слід.

(Змахують іншою рукою.)

Раптово прийде гість хороший,

(Крок на місці.)

Скажу: «Заходь, ласкаво прошу!»

(Діти трохи нахилиються вперед, руки простягають.)

Слова подяки є й прощання...

(Заходять за парти.)



А нам час братись до навчання!

(Сідають.)

Звертання

Я з-за парти підведусь,
Граючись, до всіх звернусь:

(Діти підводяться.)

«Нумо, друзі, крокувати!

(Ходьба на місці.)

Нумо, діточки, стрибати!

(Стрибки.)

Руки, грайтеся веселіше!

(Оплески.)

Ніжки, тупайте жвавіше!»

(Притупування.)

Повторили ми звертання —
Знов на нас чека навчання!

(Учні повертаються за парти.)



Мова і мовлення

Встали ми з-за парти знову —
Привітати рідну мову.

(Учні встають зі своїх місць.)

Наше слово українське —

(Руки підняті, махи кистями праворуч-ліворуч.)

Рідне кожному і близьке.

(Руки розводять — складають на грудях.)

В час думок — допомагає,

(Нахилили голови в сторони.)

В час розваги — звеселяє.

(Оплески в долоні.)

Тож за парти знов сідаймо,
Мову залюбки вивчаймо!

(Діти сідають за парти.)

ЛІТЕРАТУРНЕ ЧИТАННЯ

Народні пісеньки-небилиці

Підведімось, діти, встаньмо,
Небилицю пригадаймо:

(Учні встають з-за парт.)

Як півники працювали,

(Нахили тулуба в сторони.)

Як кізочки танцювали,

(Підскоки.)

Як вовчок, такий зубастий,

(Погойдування головою.)

Цапеня хотів украсти!

(Оплески.)

Відпочили ми чудово —
Сядемо читати знову!

(Діти повертаються на свої місця.)



Народні пісеньки-забавлянки

Раз-два, діти встали
Й забавлянку пригадали!

(Діти підводяться.)

Ту, яка про зайчика —
Сірого стрибайчика.

(Стрибки, руки за спиною.)

Зайчик від ловців тікав,
Скачучи, у воду впав!

(Підскоки з ноги на ногу.)

Ми йому поспівчували —

(Нахили голови в сторони.)

Й до навчання посідали.

(Учні сідають за парти.)



Народні пісеньки-заклички

Хто погратися охочий,
Дощик хто позвати хоче?

(Учні підводяться з місць.)

Доц ми кличемо завзято:

(Рухи рук від плечей — угору, голова піднята.)

Треба землю напувати,

(Підскоки з оплесками.)

Дуб, вербичку поливати,

(Погойдування тулубом, руки підняті.)

Комариків розганяти!

(Діти притупують, змахуючи руками.)

Ми порухалися вміло
І навчатись знову сіли.

(Повертаються за парти.)



Народні пісеньки-ігри

Встаньмо, друзі, й уявімо
Персонажі пісень-ігор:

(Діти встають з-за парт.)

Подоляночку маленьку —

(Нахили голови в сторони.)

Заповзятю й веселеньку;

(Оплески.)

Гарбуза, що на городі

(Потягування в сторони.)

Пильно рід увесь обходив!

(Крок на місці.)

Але годі, діти, грати —

(Учні притупують.)

Треба далі працювати!

(Сідають за парти.)



Народні загадки

Встань і пригадай загадки —
Уяви відгадки з грядки:

(Учні підводяться й стають рівно біля парт.)

Ось бабуся-капустина,

(Крок перевальцем, руки трохи розставлені.)

Гарна дівчина-морквина,

(Нахили голови праворуч-ліворуч.)

Перчик-півник в чоботях,

(Кроки на місці.)

Ріпа та буряк хвостаті,

(Оплески.)

Ось гарбузик-верхолаз...

(Піднімають руки на голову вгору.)

А тепер — до праці час!

(Діти повертаються на свої місця.)

Прислів'я та приказки

Хто прислів'я прочитав —
Біля парти рівно став.

(Діти встають зі своїх місць.)

Учать нас, хлоп'ят й дівчаток,

(Нахили голови в сторони.)

Вони рано уставати,

(Потягування.)

В дружбі жити і зростати,

(Випрямляють руки від плечей угору.)

Працю дуже шанувати.

(Оплески.)

Їх запам'ятати варто

Й повернутися за парти.

(Учні сідають за парти.)



Скоромовки

Підведімося, пограймо —
(Учні підводяться.)

Скоромовки пригадаймо:
(Оплески.)

Про верткого карася,
(Погойдування тулубом.)

Про меткого горобця,
(Стрибки.)

І про липу із Пилипом...
(Діти випрямляють руки вгору, пальці розставлені.)

А тепер — до праці, діти!
(Займають місця за партами.)

Лічилки

Встав увесь наш дружний клас:
(Діти стають біля парт.)

Торба котиться на нас!
(Прогинаються, відхиляючись назад.)

Коні під мостом біжать,
(Підскоки.)

Ще й копитами бряжчать!
(Притупування.)

Ми лічилки пригадали —
(Оплески.)

Й працювати посідали!
(Учні повертаються на свої місця.)



Вірш Марійки Підгірянки «Ліс»

Встали діти й розказали,
Як у вірші мандрували:
(Діти підводяться, стають біля парт.)

В гарнім лісі ми ходили,
(Кроки на місці.)

Білочку руду зустріли,
(Стрибки.)

Ясне сонце привітали,
(Потягування вгору.)

Ще й грибочки пошукали!
(Діти присідають.)

Прочитали — та й незчулись,
(Підводяться.)

Як на свій урок вернулись!
(Сідають за парти.)



Настрій твору (за віршем Н. Забіли «Дощ іде»)

Підвелися діти, встали —
Вірш про дощик пригадали.
(Учні встають із місць.)

Дощ гуляти не пускав —
(Випрямляють руки вгору, голова піднята.)

Сум Маринці навівав.
(Похитують головою, долоні на щоках.)

А дерева, квіти й трави —
(Погойдують тулубом праворуч-ліворуч, руки підняті.)

Дощ бадьоро привітали!
(Стрибки з оплесками.)

З ними й ми повеселіли —
(Діти розводять руки в сторони.)

Працювати радо сіли!
(Сідають на місця.)

Вірш А. Глібова «Загадка»

Відпочити час, устати —
Вірш-загадку розіграти.

(Діти підводяться.)

Ось над нами простяглася
(Похитують піднятою головою.)

Чорна хмара — бабця Гася.
(Випрямляють угору руки.)

Гася громом гуркотала,
(Притупують.)

Всі від неї утікали.
(Біг на місці.)

Тут із хмари дощ полив...
(Піднімають руки — вдих, опускають — видих.)

Хто устиг — за парту сів!
(Повертаються на місця за партами.)

Скоромовки Грицька Бойка («Лелі», «Подзьобав і пострибав»)

Дружно всі з-за парт вставаймо,
Скоромовки пригадаймо!
(Учні стають рівно біля парт.)

Ось в гнізді лелеченята —
(Змахують руками.)

Жовтороті пташенята.
(Витягають шиї, похитують голівками.)

Ось горобчик наш стрибає —
(Стрибки.)

Поживитись чим, шукає.
(Оплески праворуч та ліворуч від себе.)

Відпочили ми чудово —
(Діти заходять за парти.)

До роботи всі готові.
(Сідають.)



Народна казка «Колобок»

Відпочити час малятам —
В рухах казку показати!

(Діти підводяться.)

Колобок з вікна стрибнув,

(Стрибають.)

Враз до лісу повернув.

(Повертають голову і тулуб.)

Від усіх він утікав,

(Легкий біг.)

Лисоньці ж — обідом став!

(Кроки на носках.)

Але ми — не Колобки:

(Учні розводять руки в сторони, спину прогинають.)

Час до праці, діточки!

(Сідають за парти.)

Народна казка «Лисичка-сестричка»

Діти всі з-за парт устали —
Лисками із казки стали.

(Учні встають.)

Ось які ми всі лисички —

(Нахили голови в сторони.)

З виду — милі, симпатичні.

(Кроки на носках.)

А на вдачу — дуже хитрі,

(Притупують однією ногою.)

Всіх уміємо дурити!

(Притупують іншою ногою.)

Правда, раз перестарались —

(Знижують плечима.)

Без хвоста, на жаль, zostались!

(Сідають за парти й сплескують долонями.)



Структура казки

Стати всім до вправ нам можна,
Що на казку будуть схожі.

(Діти стають біля парт.)

Потягнімося добряче —
Це розминки буде зачин.

(Потягування.)

Далі — основна частина:
Походити ми повинні,

(Кроки на місці.)

Головою погойдати,

(Нахили голови в сторони.)

А ще трохи пострибати,

(Стрибки.)

Поплескати швидко, дзвінко...

(Оплески.)

Все, сідайте, — це кінцівка!

(Учні повертаються на свої місця.)

Поняття «рима» у віршах

Ми з-за парти підвелися,

(Учні стають, випрямившись, біля парт.)

Солоденько ... потяглися.

(Потягуються.)

Ми рухами помахали,

(Змахи над головою.)

Та в долоньки ... поплескали.

(Оплески.)

Ми пройшлися, походили,

(Ходьба на місці.)

А тепер — униз ... присіли.

(Присідання.)

Рими залюбки дібрали —

Й знов за парти ... посідали!

(Діти займають місця за партами.)



Звукопис у віршах
(М. Вінграновський, П. Воронько)

Відпочити встаємо —
Віршів зміст передамо.

(Діти підводяться.)

Ось чалапає гусак:

(Переступають перевальцем.)

Льоп-люп-ляп, льоп-люп-ляп!

(Ті самі рухи, з оплесками.)

Ось ступа цибата чапля:

(Крок із високим підніманням колін.)

Чапу-лапу, чапу-лапу!

(Ті самі рухи, з оплесками.)

Ми цікаво відпочили —

(Потягуються, прогинаючи спину.)

До навчання знову сіли.

(Повертаються за парти.)



Пейзаж у художньому творі
(за віршами Т. Шевченка «Зоре моя», «Сонце заходить»)

Зараз мають встати діти —
Що читали, уявити.

(Діти підводяться.)

Сонце спатоньки лягає,

(Потягуються в сторони, позіхають.)

В небі — зіронька сіяє.

(Стають на носки, піднімають голову вгору.)

Ось вербиченька журна —

(Погойдують тулубом, руки підняті.)

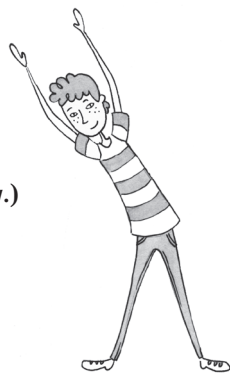
Сумно хилиться вона.

(Опускають руки.)

Всі Шевченкові вірші

Нам припали до душі.

(Сідають на місця, руки складають на партах.)



Природа у віршах Лесі Українки

Підведімося, пограймо —
В світ поезії рушаймо!

(Учні встають з-за парт.)

Ось барвінок розстелився,

(Присідають, руки в сторони.)

Синьо квітами повився.

(Похитують голівками.)

Нас весна вітає з вами —

(Підводяться, змахують руками.)

Гомонить, біжить струмками!

(Легкий біг.)

Залюбки все уявили —

Працювати знову сіли.

(Діти повертаються на свої місця.)

Вірш О. Олеся «Біга зайчик-скакунець»

Дружно учні наші встали —

Вірш веселий пригадали,

(Діти підводяться, стають біля парт.)

Як зима прийшла у ліс —

(Ходьба на місці.)

Білий сніг з'явився скрізь.

(Біг зі змахами рук.)

Скаче зайчик із пташками

(Підскоки.)

В гаї сніжними стежками.

(Розводять руки в сторони.)

Розім'ялись ми — тож, звісно,

Час усім на місце сісти.

(Учні сідають за парти.)



Художній образ у вірші П. Воронька «В лісі є зелена хата»

Біля парти слід нам встати —
Вірш про ведмежат згадати.

(Учні підводяться з місць.)

Ведмежатка — чемні й милі,
(Нахили голови в сторони.)

Лиш одне з них — вередливе:
(Діти знизують плечима.)

Спати зовсім не бажає,
(Змахують руками.)

Своїй мамі набридає...
(Тупотять.)

В ньому ви себе впізнали?
Ні? Тоді всі посідали!
(Діти займають свої місця.)



Переносне значення та образи у вірші А. Костенко «Білочка»

Діти пофантазували —
Й раптом білочками стали.
(Діти встають зі своїх місць.)

Заклопотано стрибайте,
(Підскоки.)

Все на зиму запасайте:
(Оплески.)

Шишку, гриб, горіх збирайте,
(Змахи однією, потім іншою рукою.)

Все в дупло своє складайте!
(Учні нахиляються.)

Встигли школярі пограти —
(Випрямляються.)

Слід навчатися сідати.
(Повертаються за парти.)

Вірш А. Костецького «Рибалка-дивак»

Підвелися й розказали
Ми про вірш, який читали.

(Учні підводяться.)

В нім рибалка заповзятий
(Потягуються в сторони.)

На світанку встав, о п'ятій.
(Потягуються вгору.)

Сходом сонця милувався,
(Нахили голови в сторони.)

Із пташками привітався,
(Змахи рук.)

Насолоду відчував —
(Руки піднімають — вдих; опускають — видих.)

А от риби не спіймав!
(Знижують плечима й сідають на місця.)



Оповідання Ю. Старостенка «Смілива зозулька»

Встаньмо, друзі, підведемось —
На зозуль перетворімось!

(Діти встають біля парт.)

Заспіваємо: «Ку-ку!»,
(Нахили голови праворуч-ліворуч.)

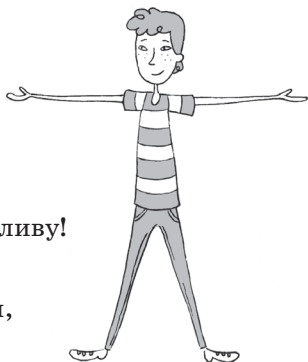
Оселімося в садку.
(Руки розводять у сторони.)

І без остраху, сміливо
Гусінь знищимо шкідливу!

(Кроки зі змахами рук.)

Деревця нам порадили,
(Оплески.)

Ми ж у вирій відлетіли.
(Учні займають місця за партами.)



Основна думка твору В. Сухомлинського «Які вони бідні»

Відпочити ми устали
Й так приблизно міркували:

(Учні встають із місць.)

Як прокинувся хто запізно,

(Потягуються.)

Сонця схід не зустрічав,

(Встають на носки, піднімають голову.)

Не почув чарівну пісню,

(Повороти голови в сторони.)

Яку жайвір дарував, —

(Легкий біг зі змахами рук.)

Пожаліть сонька нам варто!

(Діти знизують плечима.)

Ну а зараз — час за парти!

(Сідають за парти.)

Характер персонажа в оповіданні В. Артамонової «Ясенок»

Підведіться! Хто не проти,
Як допитливий Володя,

(Діти стають біля парт.)

Разом пофантазувати,

(Нахили голови праворуч-ліворуч.)

Трішечки пожартувати,

(Притупування з оплесками.)

Добру казку уявити,

(Піднімають-опускають руки.)

Ясенка пересадити?

(Притупування з оплесками.)

Але в нас нема лопати!

(Знизують плечима.)

Отже, сядемо читати!

(Повертаються на місця.)



**Природа і людина в творі В. Струтинського
«Як дихає верба»**

Ми з цікавістю читали,
А тепер погратись встали:

(Учні підводяться.)

Грізні хмари уявити,

(Погойдують піднятою головою.)

Доц сердитий, сильний вітер,

(Похитують тулубом праворуч-ліворуч.)

І вербичку бідолашну,

(Піднімають руки — вдих.)

Що зітхає в бурю важко...

(Опускають руки — видих.)

Гарно пофантазували —

Знов навчатись посідали.

(Діти сідають за парти.)



**Гумор у оповіданні В. Григорука
«З курми лягай, з півнями вставай»**

Підведімося із місця
Та й зобразимо Дениска.

(Діти встають із місць.)

Ранком він поспати хоче,

(Потягуються й позіхають.)

До вмивання — неохочий.

(Заперечно повертають голову.)

Все куняє й позіхає,

(Потягуються й позіхають.)

В дитсадок не поспішає.

(Ходьба на місці.)

Веселенько посміхнулись —

Працювати повернулись.

(Учні повертаються за парти.)



Події та герої твору В. Нестайка «Як я літав у космос»

Підвелись ми і згадали
Твір смішний, що прочитали:

(Учні стають біля парт.)

Як хотілось друзям-дітям

(Притупують, руки на поясі.)

Дуже в космос полетіти.

(Піднімають руки й голову.)

Хлопчаки про все подбали —

(Притупують, руки на поясі.)

Навіть бочку обладнали...

(Оплески.)

Та політ не вдався в небо —

(Розводять руки в сторони, прогинаючи спину.)

Бо спочатку вчитись треба!

(Сідають на місця і сплескують у долоні.)

Віршована казка І. Франка «Лис Микита»

Той, хто казку прочитав,
До розминки швидко став.

(Діти підводяться, стають рівно.)

Ось іде Микита-лис —

(Кроки на носках.)

Він хитрує всюди-скрізь.

(Нахили голови в сторони.)

Лиш вовчицю пострічав,

(Кроки на носках.)

Зразу сіру ошукав.

(Оплески.)

Нам шкода її, малята.

(Нахили голови в сторони.)

Час настав попрацювати!

(Учні займають місця за партами.)



Повчальний зміст твору Ю. Ярмиша «Та сама мишка»

Час нам відпочити, встати —
(Учні встають із місць.)
Мишку з казки показати.
(Дріботять на носках.)
Надто мишка загордилась —
(Похитують головою.)
І без друзів залишилась.
(Розводять руки в сторони.)
Друзям слід допомагати —
(Притуплюють.)
Ти не будь таким пихатим!
(Похитують головою.)
Слушний висновок зробили —
(Оплески.)
Й до уроку знову сіли.
(Повертаються за парти.)

Вдача персонажа казки В. Чухліба «Заячий холодок»

Встаньте, діточки, будь ласка,
Помандруємо ми в казку:
(Учні підводяться й стають біля парт.)
Про зайців, що не нудьгують, —
(Стрибки.)
Разом граються й працюють.
(Оплески.)
Лиш один, що знахабнів,
(Нахилили голови в сторони.)
В холодочку сам присів.
(Присідають.)
Так поводитись не варто!
(Притуплюють.)
Відпочили — час за парти!
(Сідають на місця.)



**Образ Попелюшки в казці Ш. Перро
«Попелюшка, або Соболевий черевичок»**

Підвелися ми й згадали
Казочку, що прочитали.

(Діти підводяться з-за парт.)

Попелюшку уявили —

(Нахили голови в сторони.)

Працьовиту і вродливу:

(Приставні кроки праворуч-ліворуч.)

Добрий погляд, гарне личко,

(Нахили голови праворуч-ліворуч.)

Соболеві черевички.

(Нахилиються вперед, торкаючись носків.)

Люблять всі казки читати —

(Випрямляються.)

Час настав попрацювати!

(Сідають за парти.)

Казка Г. К. Андерсена «Принцеса на горошині»

Устаньте, діти, прошу!

У казку час рушати:

(Учні встають.)

Принцесу на горошині

(Крок у сторону — злегка присісти.)

Чутливу пригадати.

(Ті самі рухи в інший бік.)

В дощ принцеса та прийшла,

(Ходьба на місці.)

Мокрою уся була.

(Діти проводять долонями від плечей до колін.)

А вночі ніяк не спала —

Горошина заважала.

(Похитують головою.)

Все скінчилося щасливо,

А ми знов читати сіли.

(Повертаються за парти.)



Додавання чисел частинами

Встаньте, час нам відпочити —
Вправи сім разів зробити.

(Діти підводяться з місць.)

Тричі руки підняли ми.

(Випрямляють руки від плечей угору.)

Двічі — тулуб нахилили.

(Нагинаються, руки простягають перед собою.)

Підстрибнули — теж два рази —

(Стрибки.)

Й працювати сіли зразу!

(Учні сідають за парти.)



Одиниці вимірювання часу. Рік

Встаньмо, щоб разом, малята,
Рік у рухах показати.

(Діти підводяться.)

Взимку ми у сніжки грались,

(Імітують кидання сніжок.)

Навесні струмки помчались,

(Легкий біг.)

Влітку сонце припікало,

(Учні потягуються вгору.)

Зараз — осінь завітала.

(Крокують на місці.)

Швидко рік минув і сплив.

(Знижують плечима.)

Хто погрався — тихо сів!

(Сідають за парти.)

Одиниці вимірювання часу. Місяць

Дружно діти підвелися:
Другий клас устав гуртом.

(Учні встають і виходять з-за парт.)

Місяць — це чотири тижні

(Плескають у долоні чотири рази.)

Із малесеньким «хвостом».

(Відводять руки назад, прогинаючись.)

Місяці по черзі мчаться,

(Легкий біг.)

В році місяців дванадцять.

(Стрибки.)

Хто їх знає, пам'ятає,

(Нахили голови в сторони.)

Хай на місце той сідає!

(Діти повертаються за парти.)

Одиниці вимірювання довжини

Підведімося, пограймо —
Та й одразу пригадаймо

(Учні стають рівно біля парт.)

Одиниці довжини —

(Нахили голови в сторони.)

Ось які у нас вони:

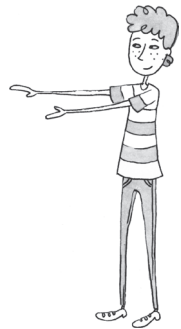
(Оплески.)

Раз — це, звісно, сантиметр,

(Простягають руки перед собою, долонями всередину.)

Два — це буде дециметр,

(Випрямляють руки вгору, збільшуючи відстань між долонями.)



Три — це метр, — ми показали,
(Діти розводять руки в сторони.)

Кілометр прокрокували.
(Ходьба.)

Відпочили ми чудово —
Нас урок чекає знову.
(Діти повертаються на місця.)

Додавання числа 2

Слід нам встати і пограти —
Два до чисел додавати!
(Діти стають біля парт.)

Два та два — чотири, певне,
(Оплески.)

Стільки в ранці книг у мене.
(Учні беруться руки в боки, прогинаються.)

Два і шість — це буде вісім —
(Оплески.)

Стільки їжачків у лісі.
(Дріботять.)

Два і десять — це дванадцять —
(Оплески.)

Стільки ґав у небі мчаться.
(Змахи руками, голова піднята.)

Їх ловити ми не стали —
(Повороти голови.)

До навчання посідали.
(Учні повертаються на свої місця.)



Додавання числа 5

Треба всім рівненько стать —
Додаваймо число п'ять!

(Учні підводяться.)

П'ять та п'ять — це буде десять —

(Оплески.)

Стільки є ляльок у Лесі.

(Переступають, не згинаючи рук та ніг.)

П'ять до двадцяти додай —

(Оплески.)

Двадцять п'ять грибів шукай!

(Діти присідають; руки в сторони.)

А щоб далі додавати,

(Випрямляються.)

На місця слід посідати.

(Сідають за парти.)



Задачі, які розв'язуються дією віднімання

Підведімось, щоб пограти
Та задачу розв'язати.

(Діти встають із місць.)

Двадцять ластівок сиділо,

(Погойдують головою, руки за спиною.)

Одинадцять — полетіло.

(Кроки зі змахами рук.)

Тож потрібно нам злічить —

(Кроки праворуч-ліворуч.)

Скільки птахів ще сидить?

(Погойдують головою, руки за спиною.)

Дев'ять — ми знайшли різницю!

(Оплески.)

Тож присісти всім годиться.

(Повертаються на місця.)

Периметр

Стали біля парт ми рівно
Та й міркуємо разом:

(Учні підводяться і стають поруч із партами.)

Що воно таке периметр —

(Простягають руки вперед.)

Не перина це, часом?

(Розводять руки в сторони.)

Ні! Не будьте ви похмурі,

(Похитують головою.)

Не сумуйте без причин —

(Притупують.)

Це у заданій фігурі

(Оплески.)

Сума всіх довжин сторін!

(Діти сідають за парти і плескають над головою.)

Прямокутник

Підведіться! Мова, діти,
В грі про прямокутник піде.

(Учні стають біля парт.)

Прямокутник — це кімната,

(Випрямляють руки в сторони.)

І віконна рама в хаті,

*(Крокують на місці, руками перед собою
окреслюють прямокутник.)*

Рушничок для витирання,

(Нахили голови в сторони.)

І журнальчик для читання.

(Оплески.)

Ми дружненько відпочили —
Працювати знову сіли!

(Діти займають свої місця.)



Квадрат

Встали учні всі з-за парт,
Кличе нас до гри квадрат.

(Діти підводяться, стають рівно.)

Він, квадрат, — товариш строгий —

(Нахили голови в сторони.)

Рівні сторони всі в нього.

(Руки до плечей — угору — до плечей — опустити.)

Він іде, немов солдат,
Що крокує на парад.

(Маршовий крок.)

Ми квадрата привітали —

(Оплески.)

Та й навчатись посідали.

(Учні сідають за парти.)



Кут, види кутів

Встаньмо дружно — я і ти,
Піде мова про кути!

(Діти встають із місць.)

Ось я руки випрямляю —

(Простягають руки перед собою: долоні вниз — угору.)

І кути прямі бувають.

(Оплески.)

Гострі коси сіно косять —

(Імітація праці косаря.)

І кути бувають гострі.

(Оплески.)

Прикро, як ножі тупі, —

(Нахили голови в сторони, долоні на щоках.)

І кути є теж такі.

(Оплески.)

Ми з кутами розібралися —
(Кроки на місці.)

Знов за парти повсідалися!
(Учні повертаються за парти.)

Засвоєння прийому додавання

Хто уміє додавати?
Підведіться-но, малята!
(Учні встають із місць.)

Додавання знак — це плюс.
(Нахилили голови в сторони.)

Я навчаюсь — не лінюсь!
(Кроки з оплесками.)

Дія ця, як не крути, —
(Кругові махи руками.)

Збільшує число завжди.
(Кроки з оплесками.)

Ми погралися нівроку —
Сядьмо знову до уроку!
(Діти повертаються за парти.)



Дія множення. Знак множення

Стали множення ми вчити,
Встигли дещо зрозуміти.
(Діти підводяться.)

В дії цій, затамив кожен, —
(Оплески.)

Перший є та другий множник!
(Почергово випрямляють руки в сторони, голову повертають.)

А знак множення, малятка, —
(Оплески.)

Хрестик чи, частіше, — крапка.

(Учні почергово випрямляють руки вперед, головою хитають.)

А добуток — результат.

(Крокують.)

Повторив — тихенько сядь!

(Сідають на місця.)

Засвоєння таблиці множення числа 2

Нас чекає гра нова,
Що про множення на два.

(Учні стають біля парт.)

Два на два — буде чотири —

(Оплески.)

Стільки кроків ми зробили.

(Кроки на місці.)

Два на три — це буде шість —

(Оплески.)

Шість зернят горобчик з'їсть.

(Стрибки.)

Два помножить на чотири —

(Оплески.)

Вісім — скажемо вам щиро!

(Руки в сторони, спину прогинають.)

Наш урок триває далі —
Всі дружненько посідали!

(Діти сідають за парти.)



Дія ділення. Знак ділення

Устали дружно, вміло ми,
Міркуємо про ділення.

(Діти встають із місць.)

Нагадала дітям жабка,

(Підстрибують.)

Що знак ділення — двокрапка.

(Нахили голови в сторони.)

Ділення — важлива дія

(Оплески.)

Для Сашка, Юрка й Надії.

(Почергово випрямляють руки в сторони.)

Тож давайте працювати —

Далі ділення вивчати!

(Учні повертаються за парти.)

Ділення числа на 2

Встаньмо й пригадаймо, діти,

Як число на два ділити,

(Учні підводяться, стають рівно.)

Тобто добре це затям, —

(Нахили голови праворуч-ліворуч.)

Навпіл, або пополам.

(Руки вперед — у сторони.)

Тільки парні можна числа

(Притуплюють однією ногою.)

Так ділити, друзі, звісно.

(Притуплюють другою ногою.)

Половина — буде частка.

(Кроки на місці з оплесками.)

До уроку, учні, час нам!

(Діти сідають на місця.)



Множення числа 3

Підведися й повтори

Дію множення на три!

(Діти стають біля парт.)

Три на два — добуток шість —

(Оплески.)

Шість пташок злетіло ввись!

(Піднімають руки й голову, погойдують кистями.)

Три на п'ять — п'ятнадцять стало —

(Оплески.)

Стільки слив додолу впало.

(Присідають, розводять руки.)

Три на шість — це вісімнадцять —

(Оплески.)

Стільки бджіл додому мчаться!

(Біг на місці зі змахами рук.)

З користю ми відпочили —

(Руки піднімають — вдих, опускають — видих.)

До уроку знову сіли.

Поняття «круг»

Учні встали, щоб пограти
Та знайомий круг згадати.

(Діти стають біля парт.)

Круг — це в небі повний місяць,

(Потягуються вгору, голову піднімають.)

Круг — тарілка і зіниця.

(Нахили голови в сторони.)

Круг — монетка це, дитино,

(Оплески.)

Круг — це колесо машини.

(Кроки на місці з круговими обертаннями рук.)

Хто це добре зрозумів, —
Працювати швидко сів!

(Учні займають свої місця.)



ПОНЯТТЯ «КОЛО»

Стали діти всі до гри!

(Учні встають з-за парт.)

Круг по краю обвели.

(Описують велике коло перед собою.)

Лінію-межу довкола

(Зображують коло з'єднаними в замок руками.)

Називаємо ми колом.

(Нахилили тулуба праворуч-ліворуч.)

Коло — обруч, поясок,

(Зображують обертання обруча на талії.)

Коло — діжки обідок.

(Складають руки перед собою колом.)

Коло й круг — два добрих друга:

(Крокують на місці.)

Адже коло — контур круга!

(Сідають за парти, випрямляють руки вгору.)



Ділення на 3

Підведіться дружно, діти,

Будемо на три ділити.

(Діти підводяться, виходять з-за парт.)

Дев'ять груш їжак зібрав,

(Дріботять на носках, руки за спиною.)

Трьом своїм синам роздав.

(Руки простягають праворуч — прямо — ліворуч.)

Їжачки зраділи дуже:

(Підстрибування.)

В кожного тепер — три груші!

(Оплески.)

Ця задача — зрозуміла.

(Учні заходять за парти.)

Відпочили ми — і сіли!

(Сідають на місця.)

Поняття «половина»

Зараз треба рівно стати,
В рухах казку розказати.

(Учні встають із місць.)

Дві білочки в гаю стрибали,

(Стрибки.)

Гриб великий відшукали,

(Похитують головою праворуч-ліворуч.)

Чемно навпіл поділили —

(Випрямляють у сторону одну руку.)

Вийшла кожній половина.

(Випрямляють у сторону іншу руку.)

Половини притулили —

(Стуляють долоні перед грудьми.)

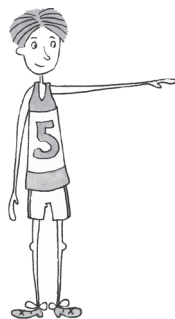
Став грибочок знову цілим!

(Оплески.)

Ось і казочці кінець —

Сядь за парту! Молодець!

(Діти повертаються за парти.)



Поняття «третина»

Ми погратись дружно встали —
Про третину міркували.

(Діти підводяться.)

В небі місяця третина —

(Простягають руки вгору, піднімають голову.)

Трохи менше половини.

(Притупують.)

Липень — це третина літа,

(Приставні кроки праворуч-ліворуч.)

А весни третина — квітень.

(Ритмічне піднімання на носках.)

Ми порухались, пограли —

Знову зручно посідали.

(Учні сідають за парти.)



Поняття «чверть»

Підведімось, щоб пограти, —
Пори року пригадати.

(Учні стають біля парт.)

Їх у нас чотири, діти:

(Оплески.)

Перша — зимонька сердита,

(Притуплюють.)

Далі йде весна квітуча,

(Кроки на носках, руки перед собою.)

Потім — літечко пекуче,

(Потягуються вгору, голова піднята.)

Й осінь — листя круговерть...

(Кругові змахи руками.)

Кожна з них — це року чверть.

(Оплески.)

Ось ми з вами й відпочили —
До навчання знову сіли.

(Діти сідають на свої місця.)

Поняття «година»

Встаньмо і пограймо, діти, —
Про годину мова піде.

(Діти встають із місць.)

За годину, знає кожен,

(Нахилили голови в сторони.)

Відпочити добре можна:

(Потягування.)

Рідним містом прогулятись,

(Ходьба на місці.)

А ще — з друзями погратись...

(Учні показують довкола.)

Та урок триває в нас —
Тож розвагам ще не час!

(Повертаються за парти.)



Поняття «хвилина»

Встанемо, щоб разом, діти,
Фізкультпаузу зробити,

(Учні виходять з-за парт.)

Що триває неодмінно
Десь приблизно дві хвилини.

(Нахили голови праворуч-ліворуч.)

Ми угору потяглися,

(Потягування.)

Ось присіли й підвелися,

(Присідання.)

Трішечки покрокували,

(Ходьба на місці.)

У долоні поплескали.

(Оплески.)

Двох хвилин — як не бувало...

(Розводять руками.)

Всі за парти посідали!

(Сідають на місця.)

Поняття «секунда»

Підвелися ми пограти —
Про секунду розказати.

(Діти стають рівно поруч із партами.)

Ну й коротка в нас вона:

(Знижують плечима.)

Це всього лиш мить одна!

(Похитують головою.)

За секунду я стрибну,

(Підстрибують.)

У долонечки плесну,

(Сплескують над головою.)



Крок один зроблю назад я...

(Відступають на крок.)

Або вмить на місце сяду!

(Швидко сідають за парти.)

Визначення часу за годинником

Підвелися учні, встали —

І годинниками стали.

(Діти підводяться.)

Всі годинники у нас

(Похитують головою праворуч-ліворуч.)

Лічать чітко-чітко час.

(Плескають у долоні.)

Тихо маятник гойдають —

(Нахили тулуба в сторони.)

Так секунди проминають.

(Кроки на місці.)

Стрілки дві годинник має,

(Почергово випрямляють руки вперед.)

Він по колу їх пускає.

(Круговий рух руками.)

Всім сподобалося гратись,

Але зараз — час навчатись!

(Учні займають місця за партами.)



Множення на 1

Встали ми відпочивати —

Стали казку уявляти,

(Учні встають з місць.)

Ніби місяць вчив хмарин

(Похитують піднятою головою.)

Множить числа на один.

(Оплески.)

Що б не множили ми з вами,
(Руки підняті, кругові обертання кистями.)
Вийде знов число те саме!
(Руки повільно опускають, відводять за спину.)
Хмарки мовчки плинуть небом.
(Кроки на місці.)
Нам же — працювати треба!
(Діти повертаються за парти.)

Множення на 0

На розминку встаньмо, діти!
(Учні стають біля парт.)
Слід у руках закріпити,
(Нахили голови праворуч-ліворуч.)
Як число на нуль помножитьь.
(Почергове випрямлення рук угору.)
Хай затямить з вас це кожен!
(Руки в сторони, спину прогинають.)
Суперечки ні до чого,
(Учні притупують.)
Жодних тут нема проблем,
(Нахили тулуба в сторони.)
Бо від множення такого
(Оплески.)
Стануть числа всі нулем!
(Діти стають рівно, руки на поясі.)
Це усі ми зрозуміли
Та й за парти дружно сіли.
(Сідають за парти.)



Неможливість ділення на 0

Зараз нам доречно встати,
Дещо, граючись, згадати:

(Учні підводяться з місць.)

Літом снігу не буває,

(Заперечні повороти голови.)

Кіт та песик не літають,

(Притуплюють.)

Хмар зелених не існує,

(Потягуються вгору.)

Жук повзе, а не крокує.

(Дрібно переступають.)

І число на нуль ділити —

(Розводять руки в сторони.)

Також неможливо, діти!

(Оплески.)

Ми пограли, відпочили —

До навчання знову сіли.

(Займають місця за партами.)

Вплив Сонця на сезонні явища у природі

Сонце кличе всіх пограти,
Просить вас з-за парти встати!

(Учні стають біля парт.)

Сонце високо, в зеніті —

(Стають на носки, потягуються вгору.)

Це у нас гостює літо.

(Оплески.)

Сонце нижче, каже: «Ось я!» —

(Похитують головою, руки перед собою.)

Це прийшла красуня осінь.

(Оплески.)

Сонце низько, Сонця мало —

(Присідають, руки в сторони.)

Це зима вже завітала!

(Підводяться, плескають у долоні.)

З Сонцем ми помандрували
Й знов навчатись посідали.

(Діти повертаються за парти.)



Глобус — модель Землі

Підведіться на розминку,
Вас чека фізкультхвилинка!

(Діти встають з-за парт.)

Глобус учні обертали,

(Кругове обертання головою.)

Кольори всі розглядали:

(Нахили голови в сторони.)

Синій — океани й море,

(Змахами рук зображують «хвилі».)

А коричневий — це гори,
(Потягуються вверху, стають на носки.)

А зелений — це низини.
(Присідають, руки — в сторони.)

Ось і все, за парти сіли!
(Учні сідають за парти.)

Горизонт. Основні сторони горизонту

Встаньмо і пограймо, діти!
(Учні підводяться з місць.)

Перед нами зараз — південь,
(Потягуються, простягаючи руки перед собою.)

Північ буде за спиною,
(Нахиляються назад, прогинаючи спину.)

Зліва — схід у нас з тобою,
(Повертаються ліворуч, відводять руку також ліворуч.)

А праворуч — захід буде.
(Повертаються праворуч, відводять руку також праворуч.)

Горизонт — довкола, всюди!
(Кроки з оплесками.)

Хто порухавсь, відпочив —
До уроку знову сів.
(Діти повертаються на свої місця.)

Де в природі міститься вода?

Стаємо до гри, малята, —
Воду підемо шукати!
(Діти стають біля парт.)

Знайдемо її в ріці,
(Нахиляються вперед.)

У струмку та джерельці,
(Присідають і підводяться.)



У снігу, дощі, тумані,
(Руки і голову піднімають-опускають.)
У морях та океані.
(Притупують, випрямляючи в сторону одну, потім іншу руку.)
Швидко воду відшукали
Й працювати посідали.
(Учні повертаються за місяця за партами.)

Колообіг води в природі

Стали діти на розминку:
Кожен — дощова краплинка.
(Учні підводяться, стають біля парт.)
Краплі з хмари постікали,
(Підстрибують.)
На землі рососою стали,
(Нахиляються вперед.)
Потім сонечко пригріло —
(Випрямляються, потягуються вгору.)
Пару з крапельок зробило.
(Оплески.)
В небі хмаронька з'явилась,
(Похитують піднятою головою.)
А ми знов за парти всілись.
(Сідають на місця.)

Якою бувають погода і хмарність

Відпочити, друже, встань!
(Діти підводяться з місць.)
Вгору, в небеса поглянь!
(Похитують піднятою головою.)
Якщо сонце в небі синім,
(Піднімають руки вгору, стають на носки.)



Дні такі всі звать ясними.

(Оплески.)

Часом хмарки пропливають, —

(Погойдують піднятими руками.)

Малохмарним день вважають.

(Оплески.)

Хмари темні та щільні

(Піднімають-опускають руки через сторони.)

У похмурі хмарні дні.

(Оплески.)

Ми ще підемо гуляти,

Зараз треба працювати!

(Учні повертаються за парти.)

Що таке вітер?

Встали діти відпочити —

Треба вітер уявити!

(Діти встають зі своїх місць.)

Вітер, ніби чарівник,

(Нахилили голови праворуч-ліворуч.)

Ніс повітряний потік:

(Легкий біг.)

Гілочки дерев гойдав,

(Діти погойдують тулубом, руки підняті.)

Низько трави нагинав,

(Нахиляються вперед — випрямляються.)

Часом вихором крутився,

(Обертаються навкруг себе.)

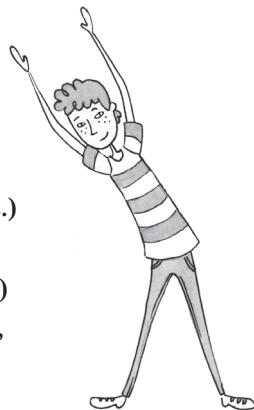
А тоді зітхнув, спинився.

(Стають рівно; глибокий вдих-видих.)

Вітерець розважив нас,

А тепер — навчатись час!

(Учні сідають за парти.)



Як змінюється нежива природа восени?

Відпочити уставаймо,
(Учні підводяться, стають біля парт.)
Гостю-осінь привітаймо!

(Оплески.)

Осінь знов до нас прийшла,
(Кроки на місці.)
Прохолоду принесла.

(Руки розводять у сторони.)

Сонце встати не спішить,
(Потягуються вгору.)

Часто хмарно і мрячить.
(Похитують голівками.)

Ми про осінь розказали
Й знову дружно посідали.
(Діти повертаються на свої місця.)



Осінні явища в житті рослин

Встаньмо та ходімо в ліс —
Тут дива осінні скрізь!
(Діти встають з-за парт.)

Лісом осінь йде-крокує,
(Ходьба на місці.)

Листя на гілках фарбує.
(Учні водять угору-вниз витягнутими вперед руками.)

Ось присіла осінь трохи —
(Присідають.)

І трава зелена сохне.
(Нахиляють голову праворуч-ліворуч.)

Удалась мандрівка в нас —
Повертаємося в клас!
(Учні займають місця за партами.)

Як різняться рослини за тривалістю життя?

На прогулянку пішли ми —
Нам зустрілися рослини:

(Учні підводяться з місць.)

Дуб багатолітній,

(Простягають руки вгору, стають на носки.)

Ясеночок молодий,

(Опускаються на всю ступню, погойдують піднятими руками.)

Кущ калини, кущ ожини,

(Приставні кроки праворуч-ліворуч.)

Чорнобривці і жоржини.

(Нахиляються вперед — випрямляються.)

Ми усіх їх привітали

(Оплески.)

Та й тихенько посідали.

(Сідають за парти.)

Гриби їстівні та отруйні

Час пограти, діти, встати —
І грибами зразу стати!

(Діти стають біля парти.)

Ви — малі, стрункі опеньки,

(Тягнуться вгору, руки притиснуті до тулуба.)

У вас ніженьки тоненькі.

(Переступають на носках.)

Зараз ви — боровики,

(Ставлять ноги нарізно, притупують.)

В вас коричневі шапки.

(Руки за голову, прогинаються, відводячи ривками лікті назад.)

Грибники всіх вас зібрали,

(Нахиляють тулуб уперед.)

Лиш поганок не чіпали!

(Повертаються за парти, сплескують у долоні.)



Як змінюється життя птахів восени?

Хочете спостерігати,
Як наш світ живе пернатий?

(Учні встають зі своїх місць.)

Онде в небі вже помітні

(Похитують піднятими головами.)

Зграї птахів перелітні.

(Легкий біг зі змахами розведених у сторони рук.)

Попрощаймось зі шпаками,

(Діти піднімають одну руку, махають нею.)

Журавлями, ластівками.

(Ті самі рухи іншою рукою.)

Будемо ми їх чекати...

(Глибокий вдих-видих.)

Ну, а зараз — працювати!

(Діти повертаються на місця.)

Осінні зміни в житті звірів

Підведіться та й ходімо
Всі до лісу, де тварини!

(Діти виходять з-за парт.)

Зайчик убрання міняє:

(Підскоки з ноги на ногу.)

Білим він стає — линяє.

(Оплески.)

Скаче білка біля в'язу —

(Стрибки.)

Робить на зиму запаси.

(Оплески.)

Їжачок зібрався спати —

(Учні дріботять на місці.)

Став кубельце будувати.

(Оплески.)



Здивувались ми й незчулись,
(Знижують плечима.)
Як на свій урок вернулись!
(Сідають за парти.)

Дослідження сніжинок

Ми з-за парт всі повставали
І сніжиночками стали.
(Учні підводяться з місць.)
Ми — маленькі і легкі,
(Переступають на носках.)
Трохи схожі на зірки.
(Потягуються вгору, голова піднята.)
Стали сипатися вранці,
(Змахують руками.)
Закружляли в білім танці.
(Обертаються навкруг себе.)
До землі не долетіли —
(Повороти голови праворуч-ліворуч.)
На долоні дітям сіли.
(Діти сідають за парти, виставляючи долоні перед собою.)

Порівняння властивостей льоду та снігу

Зараз нам пограти слід —
Пригадати сніг і лід!
(Діти стають біля парт.)
Білий сніг — легкий, пухкий,
(Переступають на носках, змахуючи руками.)
Лід — прозорий і важкий.
(Притупують, руки опущені.)
Сніг із хмарки прилітає,
(Потягуються вгору.)
Лід на річці замерзає.
(Нахиляються.)



А коли тепло настане —

(Оплески.)

Сніг розтане й лід розтане.

(Почергово випрямляють руки в сторони.)

Легко було розібратись,
Далі час настав навчатись!

(Учні займають місця за партами.)

Пристосування тварин до умов зими

Учні встали, підвелися —
Миттю в ліс перенеслися!

(Учні встають зі своїх місць.)

Обережно ви ідіть —
Тут ведмідь в барлогу спить!

(Переступають на носках.)

Білка весело стрибає,

(Стрибки.)

Бо запасів вдосталь має.

(Нахили голови в сторони, руки трохи розведені.)

Зайчик білий-білий скаче —

(Підскоки з ноги на ногу.)

Між снігами не побачиш.

(Нахили голови в сторони, руки трохи розведені.)

Ми вернулись, відпочили, —
У затишнім класі сіли!

(Діти повертаються за парти.)



Як люди піклуються про тварин і птахів узимку?

Встали ми, щоб розказати,
Як про друзів взимку дбати.

(Діти підводяться з-за парт.)

Можна в ліс разом сходити,

(Крокують.)

Там гостинці залишити.

(Розводять руки, прогинаючи спину.)

Зайцю — бурячок, морквину;
(Стрибки.)
Оленям та лосям — сіно,
(Підскоки з ноги на ногу.)
А для голуба й синички
(Змахи руками.)
Обладнаймо годівнички!
(Оплески.)
Все ми в руках розказали —
Працювати посідали.
(Учні сідають за парти.)



Весна та її ознаки

Встань і привітай весну!
(Учні встають із місць.)
Будить всіх вона від сну —
(Оплески.)
І ведмедя, й борсука,
(Переступають перевальцем.)
І малого їжачка.
(Дріботять на носках.)
Ще й дерева розбудила —
(Потягуються вгору.)
Гілочки бруньками вкрила.
(Стискають та розтискають кисті піднятих рук.)
Справ весна багато має,
Ну, а нас урок чекає.
(Діти сідають на свої місця.)

Ознаки весни в неживій природі

Підведімося з тобою,
(Діти стають рівно біля парт.)
Насолодимось весною.
(Роблять глибокий вдих-видих.)

Позирнемо у віконце,
(*Повороти голови в сторони.*)
Потягнімося до сонця:
(*Потягуються вгору.*)
Тепле сонце гріє й сяє,
(*Змахують кистями піднятих рук.*)
День весняний прибуває!
(*Оплески.*)
Зі струмками пробіжімося
(*Легкий біг.*)
Та й за парти повернімося!
(*Повертаються за парти.*)

Як дерева зустрічають весну

Нам погратись треба, певно:
(*Учні виходять з-за парт.*)
Уявіть, що ви — дерева.
(*Піднімають руки угору, пальці розставлені.*)
В пору сніжної зими
(*Оплески.*)
Спали ви, дивились сни.
(*Діти похитують головою, очі заплющені.*)
А тепер ви стрепенулись
(*Оплески.*)
Та й до сонця потягнулись,
(*Потягування вгору.*)
Час убраться в сорочку,
(*Оплески.*)
Розпустити всі листочки,
(*Учні стискають-розтискають кисті.*)
Підрости скоріш старатись...
(*Стають на носки.*)
Ну, а дітям час навчатись!
(*Сідають за парти.*)



Весняні первоцвіти

Прогуляймо, любі діти,
Відшукаймо первоцвіти!

(Учні стають біля парт.)

Ми бадьоро в гай прийшли —

(Крокують на місці.)

Сині проліски знайшли.

(Нахиляються.)

Проліски нас привітали —

(Плескають у долоні.)

Дзвониками покивали.

(Нахилили голови праворуч-ліворуч; руки на поясі.)

Їх не стали ми зривати,

(Діти притупують, заперечно змахуючи руками.)

В клас вернулись працювати!

(Сідають за парти.)



Життя комах навесні

Зараз дружно ми встаємо —
До комах у гості йдемо.

(Діти підводяться з місць.)

Навесні вони проснулись,

(Нахилили голови в сторони.)

Солоденько потягнулись.

(Потягування вгору.)

Свої крильця розправляють,

(Руки в сторони, спину прогнути.)

Жваво лапки розминають.

(Високо піднімають коліна.)

Ось метелики злетіли...

(Легкий біг зі змахами рук.)

Учні ж до уроку сіли!

(Учні сідають на місця.)



Як змінюється життя риб навесні

Наші учні притомились —
І на риб перетворились!
(Учні стають рівно, вийшовши з-за парт.)
Рибки весноньку вітають —
(Похитують головою.)
Плавниками їй махають.
(Змахи рук.)
Всі бадьорі та жвавенькі,
(Оплески.)
Весело пливуть, швиденько!
(Імітація плавання.)
То на дно вони пірнають,
(Діти присідають.)
То одразу виринають.
(Підводяться, випростовуючи руки вгору.)
Рибки дуже люблять гратись,
(Заходять за парти.)
А школяріки — навчатись!
(Сідають, поклавши руки перед собою.)



Повернення з вирію перелітних птахів

Час настав пограти дітям
У птахів, що перелітні!
(Учні встають, виходять з-за парт.)
Тож птахами всі ставаймо,
(Оплески.)
Швидко з вирію вертаймо!
(Притупування.)
Здіймемося ми, крилаті,
(Діти стають на носки, піднімають голову та руки.)
Радо будемо літати!
(Змахують розведеними в сторони руками.)

Вдома вже пташина згряя...
(Заходять за парти.)
А малят урок чекає.
(Сідають.)

Весняні зміни в житті диких звірів

Встали ми відпочивати —
Про звіряток розказати.
(Діти підводяться.)
Край діждався наш весну:
(Нахили голови в сторони.)
Пробудивсь ведмідь від сну,
(Потягування вгору.)
Вже проснувся їжачок,
(Кроки-дріботіння.)
І борсук, і бабачок.
(Потягування в сторони.)
Білка навесні рудіє,
(Стрибки.)
А зайчисько знов сіріє.
(Підскоки з ноги на ногу.)
От і вся фізкультхвилинка —
(Учні роблять глибокий вдих-видих.)
Закінчилася розминка!
(Повертаються на свої місця.)

Літо та його ознаки

Підвелись ми відпочити
І помріяти про літо.
(Учні стають поруч із партами.)
Літо йде до нас із вами —
(Крокують.)
З довгими, жаркими днями.



(Потягуються, руки випрямляють угору.)

Влітку в звірів — дитинчата,

(Переступають на носках.)

А у птахів — пташенята.

(Змахують руками.)

Це й канікул час, звичайно.

(Плескають у долоні.)

А поки що — до навчання!

(Діти сідають за парти.)

Літні зміни в неживій природі

Хто втомився, може встати —

Літечко жарке згадати.

(Діти встають зі своїх місць.)

Незабаром прийде літо.

(Ходьба на місці.)

Сонце буде дуже гріти —

(Учні піднімають угору голову та руки.)

Землю припече добряче,

(Нахиляються вниз.)

Вітер стане теж гарячим.

(Погойдують тулубом та руками.)

Ось ми літо й уявили —

Працювати далі сіли.

(Учні повертаються за парти.)



Життя тварин у лісі влітку

Нумо, друже, підведись!

(Учні підводяться.)

Вирушаймо в літній ліс!

(Крокують.)

Народились тут малята:

(Показують довкола, спину прогинають.)

У лисиці — лисенята,
(Переступають на носках.)
В білки — спритні білченята,
(Стрибки.)
В їжачка — їжаченята.
(Діти дріботять на місці.)
Не турбуймо їх нізащо!
(Заперечні жести головою й руками.)
На урок вернімось краще!
(Діти сідають на місця.)

Рослини, занесені до Червоної книги України

Відпочити ми повинні
Й рідкісні знайти рослини.
(Діти стають біля парт.)
В квітні у лісок пішли ми —
(Крокують.)
Ряст і проліски зустріли.
(Присідають.)
Завітали в гай у травні —
(Крокують.)
Там конвалії духмяні.
(Нахиляються вперед, випрямляються.)
На ставку у білім платті
(Розводять руки в сторони.)
Милувало нас латаття.
(Похитують головою.)
А тепер вернімось в клас,
Навчання чекає нас!
(Учні займають місця за партами.)



Тварини, занесені до Червоної книги України

В заповідник вирушаємо —

(Учні підводяться з місць.)

Тут звіряток зустрічаємо.

(Нахили голови в сторони.)

Тхір — степів меткий звірок

(Легкий біг.)

І вухатий їжачок.

(Діти дріботять.)

Зубр могутній та міцний,

(Переступають важкими кроками.)

Кіт смугастий, лісовий.

(Крок на носках.)

Всіх їх слід оберігати.

Ну, а нам час працювати!

(Діти сідають за парти.)



Рослини — символи України

До розминки час нам встати.

Нумо, символи шукати!

(Діти підводяться.)

Ось — розлогий куц калини.

(Погойдують головою, простягаючи руки вперед.)

Ось — барвінку пишний килим.

(Присідають, розводять руки в сторони.)

Ось — верба гойдає віти...

(Нахили тулуба праворуч-ліворуч.)

Молодці! До праці, діти!

(Учні повертаються за парти.)

Що я знаю про сезонні зміни в природі

Щось втомились наші діти —
Час пограти, відпочити.

(Учні стають біля парт.)

Вирушаймо всі негайно
У мандрівку незвичайну!

(Крокують.)

Підемо в спекотне літо —

(Простягають руки вгору, продовжуючи ходьбу.)

Будемо теплу радіти.

(Оплески.)

Стрінемо барвисту осінь,

(Змахи руками.)

Потім — зиму із морозом,

(Діти притупують, потираючи себе по плечах.)

Далі — весноньку квітчасту...

(Простягають руки вперед — у сторони.)

Та й у клас вернемось вчасно!

(Сідають на свої місця.)



ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

Ріст і розвиток людини

Час погратись учням, встати
Та й про себе розказати.

(Діти встають зі своїх місць.)

Всі за літо підросли ми,

(Потягуються вгору, стаючи навшипиньки.)

М'язи в нас набрались сили,

(Згинають руки у ліктях, стискають кулачки.)

Довші руки стали й ніжки,

(Витягують уперед руки, далі — проводять долонями уздовж ніг.)

Ми й порозумніли трішки!

(Похитують головою, руки на поясі.)

Дітям треба розвиватись —

(Притупують.)

Тож сідаємо навчатись!

(Сідають за парти.)



Здоров'я і хвороби. Профілактика захворювань

Підведіться на розминку —
Учнів жеде фізкультхвилинка.

(Учні підводяться з місць.)

Хай усі ростуть чудово,

(Випрямляють руки вгору.)

Дбають про своє здоров'я,

(Оплески.)

Рух активний полюбляють,

(Легкий біг.)

День з зарядки починають!

(Ривки зігнутими в ліктях, потім — прямими руками в сторони.)

Миють руки, миють тіло,
(Потирають долоню об долоню, долонями водять по животу.)
Ще й гартуються уміло!

(Оплески.)

Відпочили ми гарненько —
До роботи всі швиденько!
(Діти займають місця за партами.)

Режим дня школяра

Підвестися час усім —
Мова піде про режим.

(Діти стають біля парт.)

Вранці вчасно уставайте,
(Потягуються.)

На зарядку всі ставайте.
(Ривки руками назад: одна рука вгорі, інша опущена.)

Вмийтеся — на те і ранок,
(Імітація вмивання.)

Не забудьте про сніданок.
(Оплески.)

Далі — в школу, не спізніться!
(Кроки на місці.)

А прийшли — до справ беріться!
(Учні повертаються за парти.)

Користь активного відпочинку

Час себе нам збадьорити —
Слід активно відпочити!

(Учні встають зі своїх місць.)

Покрокуємо всі трішки,
(Ходьба на місці.)

Хай тупочуть наші ніжки,
(Притупування.)

Руки — вправно помахують,
(Змахи піднятими руками.)



А голівки — покивають.
(Нахили голови праворуч-ліворуч.)
Відпочили ми завзято —
(Оплески над головою.)
Знову раді працювати!
(Діти сідають на місця.)

Гігієна школяра

Нумо дружно встаємо —
Та й розминку почнемо!
(Діти підводяться.)

Хто з вас личко умиває —
Хай, мов зайчик, пострибає!
(Стрибки.)

Чистить зуби хто охоче —
Хай одразу потупоче!
(Учні притупують.)

Хто купатись любить, митись —
Хай такі присядуть діти!
(Присідання, руки вперед.)

Хто про гігієну дбає —
Хай руками помагає!
(Енергійні змахи рук.)

Ви охайні всі нівроку,
Тож вертаймось до уроку!
(Учні сідають за парти.)

Вітаміни, їх значення для здоров'я

Підвелись ми, стали рівно —
Нам зустрілись вітаміни.
(Учні стають біля парт.)

Ми їх радо привітали,
(Змахують руками.)

Ще й в долоньки поплескали.
(Оплески.)



Кісточки міцненькі має,
(Прогинаються, відводячи руки назад.)

Вітаміни хто вживає.
(Оплески.)

І для сили неодмінно
(Стрибки.)

Теж потрібні вітаміни.
(Оплески.)

А школярикам для росту —
(Потягуються вгору, стаючи на носки.)

Необхідні вони просто!
(Оплески.)

Вітамінам ви всміхніться —
Й до навчання поверніться!
(Діти повертаються на свої місця.)



Правила поведінки за столом

Хто охайний за столом,
Встаньте дружно всі гуртом!
(Діти встають із місць.)

Хто обідає чемненько —
Поплескайте ті жвавенько!
(Оплески над головою.)

Хто завжди їсть акуратно —
Хай потупає завзято!
(Притупують.)

Хто не плямкає, як їсть, —
На носочках хай біжить!
(Біг на носках.)

Всі погралися чудово —
До навчання час нам знову!
(Учні займають свої місця.)

Фізичні вправи і здоров'я

Мабуть, час настав нам, діти,
Фізкультпаузу зробити!

(Учні підводяться.)

Нумо дружно крокувати,

(Марширують.)

Руки вгору піднімати!

(Руки випрямляють від плечей угору.)

Учні плечі розправляють,

(Ривки зігнутими в ліктях та прямими руками в сторони.)

Дуже спритними зростають!

(Ривки руками: одна рука піднята, друга — опущена.)

Спорт зміцнить імунітет,

(Оплески.)

Будеш сильний, мов атлет.

(Нахили тулуба в сторони.)

Так ми всі оздоровились —

Й працювати радо всілись!

(Діти сідають за парти.)



Права дитини

До розминки всі готові?

(Учні стають рівно поруч із партами.)

Про права в ній піде мова!

(Погойдують головою праворуч-ліворуч.)

Будь-яка дитина, кожна,

(Почергове випрямлення рук у сторони.)

Думку висловити може.

(Оплески.)

Право є в нас спілкуватись,

(Привітальні змахи руками.)

Мати друзів, з ними гратись,

(Оплески.)

На любов та піклування,
(Діти крокують, поклавши руки на груди.)
І, звичайно, — на навчання.
(Повертаються за парти, руки кладуть перед собою.)

Обов'язки дитини

Відпочити всі вставаймо
Та обов'язки згадаймо!
(Учні встають зі своїх місць.)
Дітям добре вже відомо,
(Оплески.)
Що у школі та удома
(Почергове випрямлення рук у сторони.)
Слід про лад завжди нам дбати,
(Оплески.)
Старшим треба помагати,
(Притупування, руки на поясі.)
Бути чемним неодмінно,
(Нахили голови праворуч-ліворуч, руки за спиною.)
А навчатися — сумлінно!
(Діти сідають за парти, склавши руки перед собою.)

Наука спілкування

Підведімось, щоб погратись, —
Трішечки поспілкуватись,
(Діти підводяться.)
До сусіда повернулись,
Одне одному всміхнулись!
(Повороти тулуба та голови.)
Руки вверх попіднімали —
(Випрямляють руки вгору.)
Всім привітно помахали.
(Змахи кистями піднятих рук.)



Крокували, не барились,
(Ходьба на місці.)
Потім чемно уклонились.
(Легкий нахил уперед, руки простягають.)
Ось уже ми й відпочили,
До уроку дружно сіли.
(Учні сідають на свої місця.)

Користування телевізором та комп'ютером

Нумо встали, щоб пограти
Та поради друзям дати!
(Учні стають біля парт.)
Телевізор вимикай —
(Оплески.)
Йди надворі погуляй!
(Кроки на місці.)
Нащо віртуальна гра?
(Діти розводять руки в сторони.)
М'ячик краще, дівтора!
(Стрибки.)
Не екран твій гарний друг,
(Заперечні жести головою й руками.)
А повітря, спорт і рух!
(Випрямляють руки від плечей угору та в сторони.)
Розім'ялись ми чудово —
До роботи всі готові.
(Діти повертаються за парти.)



Правила пішохідного руху

Встали, пофантазували —
Й пішоходами ми стали.
(Діти встають зі своїх місць.)
Дружно йдемо тротуаром,
(Крокують.)

Всі тримаємося справа.

(Повертають праворуч голову, тулуб, випрямляють праву руку.)

Пильний та уважний кожний —

(Похитують головою, руки на поясі.)

Зараз ґав ловить не можна!

(Оплески.)

Обернулись, збадьорились —

(Учні обертаються навкруг себе.)

Знову в класі опинились!

(Сідають за парти.)

Тварини довкола нас

Підвелися діти знову —

Про тварин в нас піде мова.

(Учні підводяться.)

Вірний пес наш дім пильнує,

(Повороти голови в сторони, руки за спиною.)

Кіт кімнатою крокує.

(Ходьба на носках.)

Та й бездомні є тварини —

(Нахилили тулуба праворуч-ліворуч, руки на поясі.)

Не займай таких, дитино!

(Заперечені жести головою та руками.)

Не дражни їх — обминай!

(Обережні кроки на місці.)

Зрозуміло? То сідай!

(Діти займають місця за партами.)



Відпочинок на природі. Безпека на відпочинку

Встаньмо, друзі, й уявімо
На природі відпочинок.

(Діти стають рівно біля парт.)

Пішки ми у гай дістались,

(Крокують.)

Пишним гіллям милувались.

(Погойдують піднятою головою.)

Ми багаття загасили

(Притупують.)

Та сміття не залишили.

(Нахиляються вперед — випрямляються.)

Весело було гуляти,

(Оплески.)

Але час вже працювати!

(Учні повертаються за парти.)



Смаки і захоплення людини, їх вплив на здоров'я

Зараз учням час устати —
Світ захоплень пригадати.

(Учні встають з-за парт.)

Інтереси наші різні,

(Розводять руки, прогинають спину.)

Для здоров'я всі корисні.

(Оплески.)

Ми — активні, жваві, дружні,

(Стрибки.)

Спорт шануємо ми дуже.

(Ривки зігнутими в ліктях, потім — прямими руками в сторони.)

Є в нас гарні танцюристи,

(По черзі виставляють уперед ноги на п'ятку.)

Є завзяті футболісти,

(Легкий біг.)

Є плавчихи і плавці.
(Імітація рухів плавання.)
Наші діти — молодці!
(Учні сідають на місця і сплескують у долоні.)

Друзі за інтересами

Встали ми відпочивати
Та про дружбу міркувати.
(Діти підводяться.)
Можна з другом все робити —
(Погойдують голівками.)
В школу разом з ним ходити,
(Крокують на місці.)
У м'яча завзято грати,
(Зображують кидання м'яча від себе.)
На скакалці пострибати,
(Стрибають.)
Вдвох із ним собак любити
(Нахиляються вперед, імітуючи гладження тварини.)
І разом уроки вчити!
(Займають місця за партами.)

Вибір друзів

Любі діти, уставайте,
(Діти стають біля парт.)
Своїм друзям помахайте!
(Змахують піднятими руками.)
Друзів має кожен, певне, —
(Показують довкола себе.)
Чуйних, добрих, дуже чемних!
(Притупують.)
Ось ми друзів привітали —
(Оплески.)



Їм привітно покивали,
(Учні кивають голівками.)
Усміхнулись щиро й мило —
Й до навчання знову сіли!
(Сідають за парти.)

Життєрадісність і здоров'я

Підведімось на розминку, —
Настає фізкультхвилинка!
(Учні встають зі своїх місць.)
Солоденько потягніться,
(Потягуються.)
Всім довкола усміхніться.
(Повертають голову.)
Збадьоріться, підстрибніть —
(Стрибки.)
Сум і смуток проженіть!
(Оплески.)
Помахаймо, дітвори!
(Перехресні змахи рук над головою.)
Побажаймо всім добра!
(Діти показують довкола.)
Школярі повеселіли —
Працювати захотіли!
(Повертаються за парти.)



Правила літнього відпочинку

Всі з-за парти уставаймо,
Тепле літо зустрічаймо!
(Діти стають рівно біля парт.)
Літо стелить нам стежки —
(Кроки на місці.)
В ліс, на луки, до ріки.
(Нахили голови в сторони.)

Там — гриби, суніці, квіти.
(Повертаються праворуч, руки розводять.)
Тут — рибалить можна, діти!
(Повертаються ліворуч, руки розводять.)
Треба всюди побувати —
(Оплески.)
Лиш з дорослими, малята!
(Учні притупують.)
Це ми добре зрозуміли —
Й до уроку знову сіли.
(Повертаються на свої місця.)

Здорове тіло — здоровий дух

Діти встали на розминку:
(Діти стають поруч із партами.)
Руки ввверх, прогнули спинку!
(Потягуються вгору, прогинаючись.)
Головою покивали,
(Нахилили голови праворуч-ліворуч.)
Ще й руками помахали,
(Змахи піднятими руками.)
Стали дружно крокувати,
(Маршовий крок.)
У долонечки плескати!
(Оплески.)
Ми ні краплі не стомились,
(Змахи заперечення.)
Навпаки, — всі збадьорились,
(Підскоки.)
Звеселились, відпочили, —
(Руки піднімають — вдих, опускають — видих.)
Тож бадьоро й дружно сіли!
(Учні сідають за парти.)



ВПРАВИ ДЛЯ РЕЛАКСАЦІЇ

Вправа «Повітряна куля»

Кулю я в руках тримаю,
Її пружність відчуваю.

(Діти складають кисті так, ніби тримають у них кулю.)

Надуватись стала куля —

(Напружують пальці, зображуючи, ніби втримують кулю із зусиллям.)

Кулю в небо відпущу я!

(Розправляють, розслабляють кисті.)

Куля у політ полине,

(Кладуть розслаблені кисті на коліна.)

Я ж — зітхну і відпочину.

(Заплющують очі, дихають глибоко і спокійно.)

А тепер я потягнусь —

(Потягуються всім тілом.)

До навчання повернусь!

(Розплющують очі, рівно сідають за парти.)



Вправа «Сніжинки»

Ми — сніжиночки маленькі,
Невагомі і легенькі.

(Діти заплющують очі, розслабляють руки і все тіло.)

Ми, відчувши вітру силу,
Всі знялися й полетіли.

(Погойдують піднятими розслабленими кистями.)

Вітерець нас зустрічає —
Пестить, гладить, пригортає...

(Погладжують себе по плечах, передпліччях, щоках.)

Ми танком насолодились —
На малят перетворились.

(Глибоко вдихають-видихають, розплющують очі.)

Усміхнімось — все чудово!
До уроку час нам знову!

(Потягуються, усміхаються, сідають рівно.)

Вправа «Метелик»

Ми — метелики привітні,
Сидимо на гарних квітах.

(Діти розслабляються, схиляють голівки набік.)

В лузі — спокій, тут — привільно,
Дихати приємно, вільно.

(Глибоко, повільно дихають.)

Ми легкі розкрили крила —
Над лужечком полетіли.

(Легко, без напруження змахують руками.)

Линемо все вище, вище —
До небес блакитних ближче...

(Плавно підносять руки вгору, кисті вільно опушені.)

А тепер вернулись в клас —
Школярами стали враз!

(Сідають рівно, кладуть руки перед собою.)



Вправа «Мильні бульбашки»

Коло з пальчиків зроблю я —

(Діти складають коло з пальців двох рук перед собою.)

Мильні бульбашки пуцу я!

(Повільно вдихають повітря, потім так само видихають його.)

Будуть бульбашки злітати,
Буду я спостерігати.

(Глибоко вдихають-видихають ще раз.)

Бульбашки малі й великі...

(Широко розплющують очі.)

Опускаються повіки...

(Учні розслаблено заплющують очі.)

Ось вже бульбашок немає —
Працювати знов сідаю.

(Розплющують очі, сідають рівно.)

Вправа «Чарівна хмаринка»

Я стрибаю на хмарину —
В подорож на ній долину.

(Діти кладуть руки перед собою, заплющують очі.)

Хмаронька легка й м'яка,
Зручно тут, мов в подушках...

(Розслаблено похитують головою.)

Хмарку вітер піднімає,
На обличчя повіває.

*(Повільно піднімають голову вгору,
ніби підставляючи обличчя вітру.)*

В синім небі — спокій, тиша,
Вітерець хмарки колише.

(Спокійно, глибоко дихають.)

Гарно хмарка покатала —
Втоми наче й не бувало!

(Розплющують очі, потягуються.)

Слід подякувати їй —
Та й до праці знов мерщій!

(Привітально змахують руками, сідають рівно.)



РУХЛИВІ ІГРИ

Боротьба за м'яч

Гра проводиться на майданчику та нагадує ручний м'яч. М'яч вводиться у гру за жеребкуванням однією з команд, яка намагається зробити між своїми гравцями 10 передач поспіль, не віддаючи м'яч супернику. Відтак гра призупиняється, команді нараховується один бал, а м'яч уводиться в гру гравцем потерпілої команди.

Тривалість гри становить 10—12 хвилин. Перемагає команда, яка набере більшу кількість балів.

Правила: якщо м'яч перехопили суперники, кількість передач анулюється; рахунок продовжується, якщо м'яч вибитий за бокову лінію суперником або він порушив правила.

Не втрачаючи рівноваги

Два учасники змагання стають обличчям одне до одного на відстані простягнутої руки. Ноги разом, руки зігнуті перед грудьми, долонями вперед. Плескаючи одне одному в долоні, роблячи удавані рухи, кожен учасник намагається вивести з рівноваги свого противника, змусити його відірвати ногу від землі або зробити крок. Переможцем вважається той, хто не втратить рівноваги.

Гарячий м'яч

Гравці утворюють широке коло і розраховуються на два номери. Перші — це одна команда, другі — інша. Два направляючі гравці — капітани, у них м'ячі. За сигналом учителя капітани передають м'ячі по колу в протилежні боки — кожен гравцеві своєї команди, а той далі. Перемагає команда, яка швидше поверне м'яч капітану.

Кулька за смугу

На будь-якому майданчику проводяться дві смуги на відстані 6—10 м одна від одної. Гравці діляться на дві команди й за сигналом учителя намагаються вибити надувну кульку за межі смуги однієї з команд. Хто це зробить першим, той і переміг.

Мисливці

Діти бігають по майданчику. Троє «мисливців» стоять у різних місцях, тримаючи по маленькому м'ячику. За сигналом учителя «Стій!» — гравці зупиняються, і «мисливці» з місця кидають у них м'ячем. Гравці, у яких влучили, замінюють «мисливців». Гравці мають право ухилятися від м'яча, не сходячи з місця. Якщо гравець, у якого кинули м'ячем, зійшов з місця, він також замінює «мисливця».

Гаряча картоплина

Діти стають у коло і передають одне одному м'яч зі словами:

Ти котись веселий м'ячик,
Швидко-швидко по руках.
В кого є веселий м'ячик —
Той за коло вийде сам.

У кого на останньому слові опиняється м'ячик, той виходить з кола. Кожному гравцю слід намагатися швидше передавати м'ячик.

Лавина

Гравці шикуються в колону по одному. Один учасник стає на відстані 5—6 кроків перед колоною і котить прямо на гурт великий м'яч. Усі мусять підсакувати, щоб уникнути м'яча. Гра може проводитись між гуртами як естафета. У такому випадку гравець, ніг якого торкнеться м'яч, вибуває з гри. Перемагає команда, у якій залишилось більше гравців.

Ланцюги

У грі беруть участь дві однакові за кількістю гравців команди, учасники яких шикуються в шеренги обличчям одна до одної на відстані 10—15 м, міцно тримаючись за руки. Кожна команда по черзі обирає з іншої команди якогось гравця, який з розбігу намагається своїм тілом розірвати руки двох учасників команди-суперника. Якщо «ланцюг» розірвано, той, хто його розірвав, бере до своєї команди одного з двох, між якими він прорвався. Якщо гравець не розірвав «ланцюг», він залишається з цією командою. Перемагає команда, у яка збере більшу кількість гравців.

Квач, ноги від землі

Обирають одного ведучого. Гравці вільно бігають по майданчику. За сигналом вчителя ведучий намагається наздогнати когось із гравців та «поквачити». Гравці рятуються від ведучого і займають таке положення, щоб ноги не торкалися підлоги (землі). Як тільки гравець бачить, що загроза минула, він одразу ж повинен стати на підлогу (землю). «Заквачений» гравець стає ведучим.

Другий зайвий

Діти утворюють коло. Поза ним — двоє ведучих. Один із них — «ловець» — намагається упіймати «втікача». Якщо «втікач» став попереду якогось гравця, цей гравець тікає і мусить рятуватися від «ловця». Упіймавши «втікача», «ловець» міняється із ним ролями.

Учитель повинен стежити, щоб «утікачі» не пробігали більше половини кола та якнайшвидше ставали попереду гравців.

Перекинь швидше

На майданчику натягують мотузку або волейбольну сітку на висоті 1,5—2 м. Гравців поділяють на дві команди, які стають з обох боків від сітки. Кожна команда отримує м'яч. Після умовного сигналу треба перекинути м'яч на поле суперника. Кожна команда намагається, щоб обидва м'ячі опинилися на боці суперника.

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	3
ФІЗКУЛЬТХВИЛИНКИ	5
Українська мова	5
Літературне читання	25
Математика	42
Природознавство	59
Основи здоров'я	77
Вправи для релаксації	89
Рухливі ігри	92

Навчальне видання
Серія «Сучасна дошкільна освіта»
Шалімова Лариса Леонідівна

О739004У Підписано до друку 17.05.2018.
Формат 60х90/16. Папір друкарський.
Гарнітура Шкільна. Друк офсетний.
Ум. друк. арк. 6.

ТЕМАТИЧНІ
ФІЗКУЛЬТУХВИЛИНКИ.
2 КЛАС

ТОВ Видавництво «Ранок»,
вул. Кібальчича, 27, к. 135, Харків, 61071.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 5215 від 22.09.2016.
Для листів: вул. Космічна, 21а, Харків, 61145.

Верстка *В.В. Лукашова*
Коректор *Н.В. Красна*

E-mail: office@ranok.com.ua
Тел. (057) 701-11-22, 719-48-65,
тел./факс (057) 719-58-67.

Регіональні представництва
видавництва «Ранок»:

Київ – тел. (044) 229-84-01,
e-mail: office.kyiv@ranok.com.ua,
Львів – тел. (067) 269-00-61,
e-mail: office.lviv@ranok.com.ua.

З питань придбання продукції
видавництва «Ранок» звертатися за тел.:
у Харкові – (057) 727-70-80;
Києві – (044) 599-14-53, 377-73-23;
Вінниці – (0432) 55-61-10;
Дніпрі – (056) 785-01-74, 789-06-24;

Житомирі – (067) 122-63-60;
Львові – (032) 244-14-36;
Миколаєві та Одесі – (067) 551-10-79;
Черкасах – (0472) 51-22-51;
Чернігові – (0462) 93-14-30.
E-mail: commerce@ranok.com.ua.

«Книга поштою»: вул. Котельниківська, 5, Харків, 61051.
Тел. (057) 727-70-90, (067) 546-53-73.
E-mail: pochta@ranok.com.ua
www.ranok.com.ua

Папір, на якому надрукована ця книга,



безпечний для здоров'я
та повністю
переробляється



зроблений зі вторинної
целюлози —
не постраждало жодне дерево



вибілювався
без застосування
хлору

Разом дбаємо про екологію та здоров'я ВИДАВНИЦТВО
РАНОК

ВПРОВАДЖУЄМО ОСВІТУ ХХІ СТОЛІТТЯ

Серію «Вчителю початкових класів» складають:

- Методичні рекомендації для вчителів
- Пальчикові ігри
- Пальчикові вправи
- Фізкультхвилинки

Фізкультхвилинки:

- сприяють поліпшенню працездатності, функціонування мозку;
- відновлюють тонус м'язів, що підтримують правильну поставу;
- знімають розумове напруження та напруження з органів зору і слуху.



ВИДАВНИЦТВО
РАНОК

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНА ЛІТЕРАТУРА
УСІ КНИГИ ТУТ!

🌐 ranok.com.ua

✉ e-ranok.com.ua

✉ pochta@ranok.com.ua

☎ (057) 727-70-90