

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №32 комбинированного вида
Петродворцового района Санкт-Петербурга

Семинар-практикум на тему «Здоровьесберегающие технологии в образовательном пространстве дошкольного учреждения»

Аудитория: педагоги района

Дата проведения: 05.11.2014

Используемые технологии: ИКТ-технология, мозговой штурм

Подготовила и провела старший воспитатель

Харитоновна Светлана Юрьевна

Ломоносов

2014

Оглавление

1 часть – теоретическая (с использованием презентации)	4
2 часть - практическая	11
3 часть – практическая работа с участием детей	12
4 часть – мозговой штурм	13
<i>Приложение 1.</i>	15
Классификация современных здоровьесберегающих технологий	15
<i>Приложение 2</i>	20
Карточки для мозгового штурма	20
<i>Приложение 3</i>	21
Конспект непрерывной образовательной деятельности с детьми средней группы «Нам беда - не беда!»	21
<i>Приложение 4</i>	25
Конспект руководства игровой деятельностью для детей старшего возраста «Быть здоровым здорово»	25
<i>Приложение 5</i>	29
Конспект непрерывной образовательной деятельности с детьми подготовительной к школе группы «Богатство человека»	29
Решение семинара	33
Список литературы	34

Цель: Активизация педагогического мышления как основа реализации здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

Задачи:

- Конкретизировать в представлении педагогов понятия: “технология”, “здоровьесберегающие технологии”, “здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании”
- Формировать у педагогов умение классифицировать формы воспитательной и физкультурно-оздоровительной работы в области здоровьесберегающих технологий по доминирующим целям и решаемым задачам

1 часть – теоретическая (с использованием презентации)

Неоспоримо, что основная задача детского сада - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый ответственный человек бесстрастно относиться к неблагоприятному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот, во многом риторический вопрос и стала востребованность педагогами образовательного учреждения здоровьесберегающих образовательных технологий.

Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада. Но что такое здоровьесберегающие технологии в педагогическом процессе ДОУ и что ими считать - до сих пор остается загадкой для широкого круга профессионально-педагогической аудитории и даже для тех, кто уверенно использует эти технологии в своей практике. Попробуем разобраться в понятиях.

Здоровье – состояние физического и социального благополучия человека (по Уставу ВОЗ).

Здоровьесберегающий педагогический процесс ДОУ - в широком смысле слова - процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьесобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка. Здоровьесбережение и здоровьесобогащение - важнейшие условия организации педагогического процесса в ДОУ.

В более узком смысле слова - это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьесобогащения в ходе образования, воспитания и обучения.

Технология – это инструмент профессиональной деятельности педагога, соответственно характеризующаяся качественным прилагательным педагогическая. Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную этапность (пошаговость), включает в себя набор определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу еще в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности. Педагогическую технологию отличают: конкретность и четкость цели и задач; наличие этапов: первичной диагностики; отбора содержания, форм, способов и приемов его реализации; использования совокупности средств в определенной логике с организацией промежуточной диагностики достижения цели, критериальной оценки результатов.

Понятие “здоровьесберегающие образовательные технологии” появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет и до сих пор воспринимается многими педагогами как аналог санитарно-гигиенических мероприятий. Так, К.В.Дубов (2002) определяет их как “полноценное медицинское обеспечение работы образовательного учреждения”. А.Н.Акимова (2002) включает в это понятие своевременное проведение прививок и профилактику “школьных заболеваний”. Как вы видите, существуют различные мнения ученых по данному вопросу.

Мы придерживаемся мнения, что *эффективность позитивного воздействия на здоровье детей различных оздоровительных мероприятий, составляющих*

здоровьесберегающую технологи, определяется не столько качеством каждого из этих приемов и методов, сколько их грамотной “встроенностью” в общую систему, направленную на благо здоровья детей и педагогов и отвечающую единству целей и задач. Хаотичный набор методов, имеющих то или иное отношение к заявленной цели, не составляет никакой технологии, в том числе и здоровьесберегающей!

Прежде чем мы начнем говорить о здоровьесберегающих технологиях, определим понятие “технология”. Что такое “технология”? Какие составные части входят в понятие “технология”?

Технология - это инструмент профессиональной деятельности педагога, соответственно характеризующаяся качественным прилагательным – педагогическая. Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную этапность (пошаговость), включает в себя набор определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу еще в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности. Педагогическую технологию отличают: конкретность и четкость цели и задач, наличие этапов: первичной диагностики; отбора содержания, форм, способов и приемов его реализации; использования совокупности средств в определенной логике с организацией промежуточной диагностики для достижения обозначенной цели; итоговой диагностики достижения цели, критериальной оценки результатов.

Что такое здоровьесберегающие технологии?

Здоровьесберегающие образовательные технологии –

1. системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников;
2. качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье учащихся и педагогов;
3. технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей. Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании **применительно к ребенку** – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. **Применительно к взрослым** – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании - классификация здоровьесберегающих технологий по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьесобогащения субъектов педагогического процесса в детском саду.

Можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

медико-профилактические;
физкультурно-оздоровительные;
технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
здоровьесбережения и здоровьееобогащения педагогов дошкольного образования;
валеологического просвещения родителей;
здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании технологии, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДООУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды в ДООУ.

Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др. реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДООУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами дошкольного образования в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком и др.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду – это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. В дошкольной педагогике к наиболее значимым видам технологий относятся технологии личностно-ориентированного воспитания и обучения дошкольников. Ведущий принцип таких технологий – учёт личностных особенностей ребёнка, индивидуальной логики его развития, учёт детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения. Построение педагогического процесса с ориентацией на личность ребёнка закономерным образом содействует его благополучному существованию, а значит здоровью.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника. Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОУ. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе ДОУ.

Технологии здоровьесбережения и здоровьедобогащения педагогов дошкольного образования – технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни. Задача данных технологий - обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ.

Классификация здоровьесберегающих технологий.

См. Приложение 1.

Название **стретчинг** происходит от английского слова «stretching» - растягивание. Стретчинг - это целый ряд упражнений, направленных на совершенствование гибкости и развитие подвижности в суставах. Данные упражнения применяют в утренней зарядке, разминке и как средство специальной подготовки во многих видах спорта.

Существует три типа упражнений, при выполнении которых происходит растягивание или удлинение мышц: статические, динамические, баллистические.

Статические - это очень медленные движения, при помощи которых принимается определенная поза и занимающийся удерживает ее в течение тридцати секунд-одной минуты. При этом он может напрягать растянутые мышечные группы, периодически или постоянно. Именно статические упражнения с растягиванием мышц получили название стретчинг. И именно статическое растягивание является наиболее эффективным видом данной методики. Но для общего развития, чтобы лучше разобраться в этом вопросе, следует дать определение и двум другим видам растягивания.

Динамический стретчинг - это медленные пружинящие движения, завершающиеся удержанием статических положений в конечной точке амплитуды движений.

Баллистический стретчинг - это маховые движения руками и ногами, а также сгибание и разгибание туловища, которые выполняются с большой амплитудой и значительной скоростью. В этом случае удлинение определенной группы мышц оказывается сравнительно кратковременным. Оно длится столько, сколько длится мах или сгибание. Скорость растягивания мышц обычно пропорциональна скорости махов и сгибаний.

Ритмопластика – это система физических упражнений, имеющих своей целью всестороннее гармоничное развитие тела. Ритмопластика является музыкально-ритмическим психотренингом, развивающим у человека внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, развивает музыкальность, эмоциональность, творческое воображение, фантазию, способность к импровизации в движении под музыку, ощущение свободного и сознательного владения телом. У детей дошкольного возраста недостаточно развита зрительная, слуховая, мышечная и вестибулярная чувствительность. Несовершенно восприятие: дети не могут на долгое время сосредоточить внимание на музыку, не точно воспринимают движение, плохо ориентируются в пространстве и времени. Поэтому задача ритмопластики – развивать органы чувств и сенсорные умения.

Динамические паузы проводятся в течение всего дня и выполняют следующие функции:

1. Развлекательную – создают благоприятную атмосферу;

2. Релаксационную – снимают напряжение, вызванное негативными эмоциями, перегрузками мышц, нервной системы, мозга;
3. Коммуникативную – объединяет детей в группы, способствует их сотрудничеству, взаимодействию между собой;
4. Воспитательную – формирует моральные и нравственные качества
5. Обучающую – давать новые знания, умения, навыки, и закреплять их
6. Развивающую – развивает речь, внимание, память, мышление – возникшие психологические процессы
7. Коррекционную – «исправлять» эмоциональные, поведенческие и другие проблемы ребенка.
8. Профилактическую – предупреждают появления психологических заболеваний
9. Лечебную – способствовать выздоровлению.

Динамические паузы - это подвижные, хороводные игры, проверка осанки, пальчиковые игры, физкультурные минутки. Массаж лица, кистей рук (пшеном, рисом), пальцев, ритмические упражнения, игры в уголке валеологии (ходьба по ребристым дорожкам, пробкам, пугавицам, «классики» и т.д.).

В категорию **детские подвижные игры** в детском саду можно отнести те игры, которые отвечают следующим правилам. Эти игры предназначены для участия в них значительного числа детей. Игры можно проводить не только на улице, но и внутри помещения детского сада (в музыкальном или спортивном зале). Подвижные игры в детском саду предназначены для укрепления здоровья детишек и их физического развития. Посредством игры дошкольники познают мир, осваивают разнообразные модели поведения и пропускают через игровую призму все те знания, что они получили от взрослых. В основном это больше касается сюжетно-ролевых игр, но и играя в подвижные игры дети умудряются копировать взрослых.

Релаксация - произвольное или непроизвольное состояние покоя, расслабленности, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением. Возникает вследствие снятия напряжения, после сильных переживаний или физических усилий. Бывает непроизвольной (расслабленность при отходе ко сну) и произвольной, вызываемой путем принятия спокойной позы, представления состояний, обычно соответствующих покою, расслабления мышц, вовлеченных в различные виды активности. Релаксация – это, прежде всего, расслабление, то есть процесс, обратный нахождению в состоянии стресса. В психологии релаксацией называют состояние покоя, которое вызывается мышечным расслаблением.

Умение восстанавливаться очень важно, так как это зачастую позволяет нам сохранять здоровье. Специалисты считают, что навыки быстрого расслабления должен иметь каждый человек. Эти навыки позволяют за считанные минуты восстановить силы, избавиться от последствий стресса.

Главная задача релаксации – снятие стресса или другими словами нервного напряжения.

Художественно-эстетическое развитие способствует обогащению чувственного опыта, эмоциональной сферы личности, влияет на познание нравственной стороны действительности, повышает и познавательную активность. Эстетическое развитие является результатом эстетического воспитания. Составляющей этого процесса становится художественное образование - процесс усвоения искусствоведческих знаний, умений, навыков, развития способностей к художественному творчеству.

Искусство является незаменимым средством формирования духовного мира детей: литература, скульптура, народное творчество, живопись. Оно пробуждает у детей дошкольного возраста эмоционально-творческое начало. Оно также тесно связано с нравственным

воспитанием, так как красота выступает своеобразным регулятором человеческих взаимоотношений.

Очень важной частью работы по развитию мелкой моторики являются **пальчиковые игры**. Игры эти очень эмоциональны, увлекательны. Они способствуют развитию речи, творческой деятельности. "Пальчиковые игры" как бы отображают реальность окружающего мира - предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы. В ходе "пальчиковых игр" дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Пальчиковые игры - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что даёт возможность детям ориентироваться в понятиях "вправо", "влево", "вверх", "вниз" и т. д.

Гимнастика для глаз - это один из приемов оздоровления детей. Цель гимнастики для глаз: профилактика нарушений зрения дошкольников.

Задачи:

- предупреждение утомления,
- укрепление глазных мышц
- снятие напряжения.
- общее оздоровление зрительного аппарата.

Гимнастика для глаз благотворно влияет на работоспособность зрительного анализатора и всего организма.

Условия: Для проведения не требует специальных условий. Любая гимнастика для глаз проводится стоя.

Гимнастика дыхательная. Дыхательные упражнения - эти упражнения просто необходимы детям, довольно часто болеющим простудными заболеваниями, бронхитами, выздоравливающим после воспаления лёгких, детям, страдающим бронхиальной астмой. Дыхательная гимнастика прекрасно дополняет любое лечение (медикаментозное, гомеопатическое, физиотерапевтическое), развивает ещё несовершенную дыхательную систему ребёнка, укрепляет защитные силы организма. Дыхание – единственная вегетативная функция, на которую человек с легкостью воздействует произвольно, влияя тем самым на различные физиологические системы. Очень важно обучить детей правильному, полному дыханию, чтобы он расширял грудную клетку и втягивал живот. Это одна из основных форм физического воспитания детей с ослабленным здоровьем. Правильное дыхание необходимо для здоровья ребёнка так же, как и правильное питание. Поэтому выполнять дыхательные упражнения необходимо с самого раннего возраста.

Перед выполнением упражнений необходимо позаботиться о создании условий:

- Ребёнок должен хорошо прочистить нос (если нос забит, то упражнения не принесут никакой пользы);
- Одежда не должна стеснять движений грудной клетки;
- Упражнения выполняются на улице (при комфортной температуре воздуха) или, в крайнем случае, в хорошо проветренной комнате.

Основная цель гимнастики после дневного сна – поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Комплекс гимнастики после дневного сна длится 10–15 минут, после чего дети переходят к водным процедурам. Комплекс состоит из нескольких частей. Гимнастика начинается с разминочных упражнений в постели, дети выполняют простой самомассаж пальчиковую гимнастику. Далее дети могут выполнять общеразвивающие упражнения, играть в подвижные игры в помещении с

контрастной температурой воздуха, выполнять упражнения с тренажерами. Заканчивается гимнастика после дневного сна закаливающими процедурами, пробежками по массажным, ребристым, солевым или мокрым дорожкам, обтиранием холодной водой, контрастным обливанием. В любой вариант комплекса следует включать корригирующие упражнения на профилактику плоскостопия и нарушений осанки. Большинство вариантов комплексов рассчитаны на большую самостоятельность, дети должны помнить упражнения, их последовательность и осознанно выполнять комплекс.

Корригирующая гимнастика – один из видов специальных гимнастик. Корригирующие упражнения применяются для устранения анатомо-функциональной недостаточности опорно-двигательной системы (деформации позвоночника, грудной клетки, стоп и др.).

Корригирующая гимнастика является разновидностью лечебной гимнастики (ЛФК) и состоит из общей и специальной частей. Общая часть – это общеукрепляющие упражнения, режим, игры, закаливание, которые являются составляющими деятельности ребёнка с нарушением зрения, они способствуют правильному формированию опорно-двигательной системы. Специальная коррекция (активные корригирующие упражнения) предусматривает решение главных задач:

- укрепление мышечного корсета, преимущественно мышц спины;
- профилактику и лечение функциональной недостаточности стоп;
- укрепление мышц брюшного пресса;
- предупреждение вторичных отклонений.

2 часть - практическая

Участники семинара объединяются в группы для написания конспектов занятий с использованием здоровьесберегающих технологий для детей. После написания конспекты зачитываются. Остальные участники выделяют здоровьесберегающие технологии. Обсуждается необходимость применения данных технологий в конкретных образовательных случаях.

3 часть – практическая работа с участием детей

Педагоги ДОУ демонстрируют занятия с детьми средней и подготовительной к школе группы. Занятия сформированы с использованием здоровьесберегающих технологий. Слушатели курсов выделяют виды здоровьесберегающих технологий во время просмотра.

После обсуждения воспитателям раздаются карточки с основными вопросами семинара с целью обобщения полученной информации.

См. Приложение 2.

См. Приложение 3.

См. Приложение 4.

4 часть – мозговой штурм

Педагогам предлагаются карточки для заполнения. См. *Приложение 2*. После заполнения карточек ответы педагогов обсуждаются.

Примерный образец заполненный педагогом карточки:

Вопрос	Ответ	Приведите пример
Дайте определение “технология”	Инструмент профессиональной деятельности педагога.	Технология ТРИЗ, технология личностно-ориентированного подхода и др.
Данные технологии обеспечивают сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с мед.правилами и нормами	Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании	Организация мониторинга здоровья детей, разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья, организация и контроль питания, физического развития, закаливания, организация профилактических мероприятий в детском саду, организация контроля и помощь в соблюдении СанПиН, организация здоровьесберегающей среды в ДОУ
Элементами данной технологии являются развитие физических качеств и двигательной активности детей	Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании	Становление физической культуры дошкольников, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье
Целью технологий является становление осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека	Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду	К данным технологиям относится технология личностно-ориентированного воспитания и обучения дошкольников. Ведущий принцип таких технологий – учет личностных особенностей ребенка.
Назовите задачи технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка	Обеспечение эмоциональной комфортности и хорошего психологического самочувствия ребенка в	К данным технологиям относятся технологии психологического или психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в

	процессе общения со сверстниками и взр. в дет.саду и дома	педагогическом процессе.
С какой целью применяется в ДОУ технологии здоровьобогащения и здоровьесбережения педагогов	С целью развития культуры здоровья педагогов, развитие потребности к здоровому образу жизни	Больной педагог думает о своей болезни, а не о творческой работе с детьми. Педагог прежде всего должен уметь быть здоровым сам, а затем уже обучать этому детей. Нужно уметь оставаться здоровым в работе с детьми (в том числе и психическое здоровье)
Задача данных технологий- обеспечение валеологической образованности родителей	Технологии валеологического просвещения родителей	Папки-передвижки, совместные с родителями походы в лес, круглые столы по вопросам здоровья и т.д.

Классификация современных здоровьесберегающих технологий

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Стретчинг	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении	Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием. Опасаться непропорциональной нагрузки на мышцы	Руководитель физического воспитания
Ритмопластика	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка	Руководитель физического воспитания, музыкальный руководитель, педагог ДО
Физкультминутки	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели
Динамические паузы	Между занятиями малой подвижности	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь	Воспитатели, руководитель физического воспитания

	степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	элементы спортивных игр	
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели, руководитель физического воспитания, психолог
Технологии эстетической направленности	Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. Для всех возрастных групп	Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса	Все педагоги ДОУ
Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели, учитель-логопед
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-	Форма проведения различна: упражнения на	Воспитатели

	10 мин.	кроватьках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ	
Гимнастика корректирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Воспитатели, руководитель физического воспитания
Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели, руководитель физического воспитания
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурное занятие	2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели, руководитель физического воспитания
Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели, психолог
Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.	Воспитатели, психолог
Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития	Воспитатели, руководитель

			физического воспитания,
Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания
Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал	Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания
Биологическая обратная связь (БОС)	От 10 до 15 сеансов работы с компьютером по 5-10 мин. в специальном помещении. Рекомендуются со старшего возраста	Необходимы соблюдение правил работы за компьютером. Рекомендуются специальная методика для дошкольников	Педагог-валеолог, специально обученный педагог
3. Коррекционные технологии			
Арттерапия	Сеансами по 10-12 занятий по 30-35 мин. со средней группы	Занятия проводят по подгруппам 10-13 человек, программа имеет диагностический инструментарий и предполагает протоколы занятий	Воспитатели, психолог
Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.	Все педагоги
Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку	Воспитатели, психолог

		может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей	
Технологии воздействия цветом	Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Воспитатели, психолог
Технологии коррекции поведения	Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 мин. со старшего возраста	Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий	Воспитатели, психолог
Психогимнастика	1-2 раза в неделю со старшего возраста по 25-30 мин.	Занятия проводятся по специальным методикам	Воспитатели, психолог
Фонетическая ритмика	2 раза в неделю с младшего возраста не раньше чем через 30 мин. после приема пищи. В физкультурном или музыкальном залах. Мл. возраст-15 мин., старший возраст-30 мин.	Занятия рекомендованы детям с проблемами слуха либо в профилактических целях. Цель занятий - фонетическая грамотная речь без движений	Воспитатели, руководитель физического воспитания, логопед

Карточки для мозгового штурма

Вопрос	Ответ	Приведите пример
<p>Дайте определение понятия “технология”</p>		
<p>Данные технологии обеспечивают сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с мед.правилами и нормами</p>		
<p>Элементами данной технологии являются развитие физических качеств и двигательной активности детей</p>		
<p>Целью технологий является становление осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека</p>		
<p>Назовите задачи технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка</p>		
<p>С какой целью применяется в ДОУ технологии здоровьесбережения и здоровьесбережения педагогов</p>		
<p>Задача данных технологий- обеспечение валеологической образованности родителей</p>		

Конспект непрерывной образовательной деятельности с детьми средней группы «Нам беда - не беда!»

Автор: Воспитатель Кухаркина Н.В.

Цель: Закрепление умения рисовать красками знакомые предметы.

Задачи:

Образовательные:

Учить рисовать, выбирая способ изображения (кисть, «печать овощей», пальчиками, поролоном).

Развивающие:

Создавать условия для развития творческого потенциала детей.

Воспитательные:

Воспитывать умение работать в коллективе.

Оборудование:

Бело-черный клетчатый плащ, гуашь разных цветов, картофель и морковь в срезах, половинки яблока, срез стебля сельдерея, кусочки поролона, скомканные салфетки, кисти, маленькие жёлтые мячи, салфетки для вытирания рук.

Предварительная работа:

Наблюдения в природе: любоваться яркими красками осени, солнышком; чтение стихов об осени, рассматривание картин с изображением осени.

Ход мероприятия:

1 часть – мотивационно-побудительная

В группу входит воспитатель в бело-черной накидке, привлекая тем самым внимание детей.

- Ребята, давайте посмотрим, какая сегодня погода.

Дети: пасмурная, солнечная, холодная.

Воспитатель: Вот и мне холодно, зябко, и я одела плащ.

Ребята, посмотрите на мой плащ. Он вам нравится?

Дети: Да

Воспитатель: Чем?

Дети: Большой...

Дети: Нет

Воспитатель: Чем?

Дети: чёрный, скучный.

Воспитатель: А что мы можем сделать, чтобы он стал цветным?

Дети: Раскрасить.

2 часть – организационно-поисковая

Воспитатель: А в какие цвета мы раскрасим мой плащ?

Дети: Красный, синий...

Воспитатель: Я поняла, что вы хотите раскрасить мой плащ в абсолютно разные цвета? А давайте посмотрим, будет ли это красиво.

Экспериментирование. Смешивание красок.

Каждому ребёнку предлагается взять кисточкой гуашь любого цвета и всем вместе размешать гуашь на одной палитре.

Воспитатель: Красивая краска получилась?

Дети: нет, не красивая

Воспитатель: Предлагаю раскрасить мой плащ в отдельные цвета. Давайте вспомним, какое сейчас время года?

Дети: осень.

Воспитатель: Какого цвета осень?

Дети: жёлтого, оранжевого и красного.

Воспитатель: Почему?

Дети: осенью на деревьях листья красные, жёлтые, оранжевые.

Так какого цвета и будет мой плащ?

Дети: красного, жёлтого, оранжевого.

Воспитатель раскладывает плащ на столе.

Воспитатель: Вы умеете рисовать траву, деревья, цветы, фрукты? А чем можно нарисовать?

Дети: Кисточкой, губкой, салфетками...

Воспитатель: Я вам покажу, чем ещё можно рисовать.

Показ воспитателя: картошкой, морковкой, пальцами, яблоком, листьями, стеблем сельдерея.

Воспитатель: Чем вы хотите рисовать?

Дети выбирают способ рисования.

Воспитатель: Ваши пальчики готовы к рисованию?

Дети: Да.

Воспитатель: Вот и покажите мне.

Пальчиковая гимнастика

Пальцы делают зарядку,

(Четыре ритмичных хлопка в ладоши)

Чтобы меньше уставать.

(Сжимаем и разжимаем кулачки)

А потом они в альбомах

(Трясём ручками в воздухе)

Будут снова рисовать.

(Хлопаем в ладоши)

Воспитатель обговаривает с каждым ребёнком, чем он хочет рисовать.

Воспитатель: Посмотрите, плащ у меня непростой. Что вы на нём видите?

Дети: Клетки.

Воспитатель: Сколько на нём клеток?

Дети считают.

Воспитатель: Что это значит?

Ответы детей.

Воспитатель: А сколько же нас?

Дети считают. Дети: Каждому достаётся по одной клетке.

Воспитатель: Вот в них мы и будем рисовать.

Дети рисуют понравившимся им способом, нанося узор в клетки плаща.

Воспитатель: Ребята, а как вы думаете, наш плащ получился тёплый или холодный?

Предположение детей.

Воспитатель: Вспомните зиму, какого она цвета?

Дети: Белого, голубого, синего.

Воспитатель: Зимой холодно или тепло?

Дети: Холодно.

Воспитатель: Цвета зимы являются холодными. А жёлтый, зелёный, оранжевый, красный – цвета тёплые.

Воспитатель: А чтобы стало совсем тепло, нам нужно что-то добавить. Как вы считаете, чего здесь не хватает?

Дети: Солнышка.

Воспитатель: Да, действительно, не хватает солнышка.

Физкультминутка «Солнышко»

Вот как солнышко встаёт (медленно поднимают руки вверх)

Выше, выше, выше.

К ночи солнышко зайдёт (медленно опускают руки вниз)

Ниже, ниже, ниже.

Хорошо, хорошо (фонарики)

Солнышко смеётся.

А под солнышком всем (хлопают в ладоши)

Весело поётся.

Солнце рано утречком поднималось ,(руки вверх)

Студёною водицей умывалось,(движения ладонями по лицу)

Протоптало солнышко сто дорожек, (топают ногами)

Почему у солнышка столько ножек? (разводят руками)

Воспитатель: Дети, у вас хорошее настроение? Вам радостно?

Дети: Да.

Воспитатель: Покажите, без слов, как вам радостно?

Дети показывают жестах и мимикой.

Воспитатель: Посмотрите, на что похожи эти мячики?

Дети: На солнышки.

Воспитатель: Берите маленькие солнышки в ручки.

Самомассаж «Солнышко».

Солнце целый день трудилось

И немного утомилось.

Чтобы новых сил набраться

Хочет солнце искупаться.

К морю синему спустилось

И на воду опустилось.

А потом совсем нырнуло

И до завтра утонуло.

Чтобы завтра сильным встать,

Нужно солнышку поспать.

Рано утром пробудиться

И на небо возвратиться.

Где ночует солнце? (катают мячик в ладонях)

У бабушки в постельке (массируют мячик пальцами)

А кто его бабушка? (катают мячик в ладонях)

Синее небо. (массируют мячик пальцами)

Чем оно укроется? (катают мячик в ладонях)

Шерстяной тучкой. (массируют мячик пальцами)

А кто его укроет? (катают мячик в ладонях)

Дедушка ветер. (дуют на раскрытый в ладошках мячик)

Дети кладут мячи в корзину.

Воспитатель: Посмотрите, ребята, плащ-то мой готов! Вы очень мне помогли.

3 часть – рефлексивно-корректирующая

Воспитатель: Каким способом? Чем мы сегодня занимались?

Дети: Рисовали, играли, раскрашивали, перемешивали краски.

Воспитатель: Как много мы сегодня успели! Мне очень хочется узнать, что вам понравилось больше всего, но без слов.

Воспитатель: Можете ли вы это сделать?

Дети: Да.

Воспитатель: Тогда я буду называть действие, а вы мне показывайте своё отношение.

Игра «Радуга эмоций»

Воспитатель называет слово. Дети показывают с помощью мимики своё к нему отношение.

Воспитатель: А знаете, что понравилось мне?

Дети: Нет.

Воспитатель: А мне понравились цвета на моём плаще. Только я забыла, какие цвета мы использовали?

Дети: жёлтого, оранжевого, красного.

Воспитатель: Как можно назвать мягкие, ласковые цвета одним словом?

Дети: Тёплые.

Воспитатель: Молодцы ребята! Вы помогли мне справиться с моей бедой!

Конспект руководства игровой деятельностью для детей старшего возраста «Быть здоровым здорово»

Автор: Воспитатель Бышовец А.А.

Цель: приобщение детей к здоровому образу жизни.

Задачи:

Образовательные: Формировать сознательное отношение к собственному здоровью.

Развивающие: Повысить речевую активность, развивать коммуникативные навыки через общение друг с другом.

Воспитательные: Воспитывать желание заботиться о своём здоровье.

Ход непосредственно-образовательной деятельности:

1 часть – мотивационно-побудительная.

Во время самостоятельной деятельности детей в группу входит медсестра и спрашивает у детей:

- Здравствуйте, ребята! Вы не видели здесь кота Матроскина?

- Нет!

- Понимаете, он пришел ко мне на прием и сказал, что у него болит живот. А когда он увидел шприц, то испугался и убежал! С животом шутить нельзя, его надо срочно найти и вылечить! Если вы его увидите, скажите, пожалуйста, чтобы срочно пришел ко мне, хорошо?

Медсестра уходит и дети с воспитателем ищут Матроскина. Находят его в одном из ящиков шкафа.

2 часть – организационно-поисковая

Матроскин спрашивает детей:

- Привет! Доктора нет? У-ф-ф-ф, хорошо! Куда это я попал? (осматривается) А вы кто?

Дети отвечают.

- А я Матроскин озорник...

Так кушать хочется, даже живот заболел... Ух-ты, у вас тут магазин есть! Сейчас пойду и что-нибудь вкусенького себе куплю.

Матроскин идет в магазин и набирает вредные продукты в корзину.

Воспитатель показывает детям, что выбрал Матроскин и спрашивает:

- Ребята, как вы думаете, перестанет у Матроскина болеть живот от таких продуктов? Почему? А вы знаете, какие продукты вредные, и какие полезные? Давайте проверим!

Знают взрослые и дети: много вкусностей на свете,

Но не всякая еда нам полезна и нужна.

Каша – вкусная еда.

Это нам полезно? (Да)

Творог, сыр, кефир всегда

Нам полезны, дети? (Да)

Лук зеленый иногда

Нам полезен, дети? (Да)

Пачку чипсов съесть всегда

Нам полезно, дети? (Нет)

Растворимая лапша
Нам полезна, дети? (Нет)

Овощей растёт грядка
Овощи полезны? (Да)

Килограмм конфет с утра
Съесть полезно, дети? (Нет)

Фрукты - просто красота!
Это нам полезно? (Да)

Жвачки, «Кола» - ерунда,
Вы согласны, дети? (Да)

Лишь полезная еда
На столе у нас всегда!
А раз полезная еда -
Будем мы здоровы? (Да)

Воспитатель: Матроскин, ты теперь запомнил какие продукты полезные. Давай мы разберём твои угощения, и уберём всё, что вредит здоровью.

Дети вместе с Матроскиным выкладывают вредные продукты, а в корзину добавляют полезные.

Матроскин: Спасибо вам, ребята, только эти продукты я совсем не люблю... (грустит) Они же такие невкусные!

Воспитатель: И что же теперь делать? (воспитатель даёт время детям подумать, что можно сделать с продуктами, чтобы они стали вкуснее). Правильно! Из них можно приготовить очень вкусные блюда! Ребята, попробуем вкусно накормить Матроскина? Давайте подумаем, что для этого нужно? Давайте присядем на ковер, чтобы было удобнее.

Посмотрите, у меня есть красивое меню, где можно по рецептам приготовить вкусные блюда из полезных продуктов. Давайте попробуем отгадать, что можно приготовить вот из этих продуктов (*показывает карточку, на которой с лицевой стороны изображены картинки ингредиентов блюда, а на второй стороне – готовое блюдо. Если дети затрудняются с ответом, воспитатель помогает им, показывая сторону, на которой изображено готовое блюдо.*)?

- Правильно! Кто будет готовить борщ? Кого возьмешь себе в помощники? Хорошо.

- А что можно приготовить из этих продуктов? (*Показывает следующую карточку*). Кто будет готовить сырники?

Того, кто остался один, назначают продавцом либо выбирают по считалке.

Воспитатель: - Ребята, а что нужно, чтобы приготовить эти полезные блюда? (продукты, кастрюли, газовые плиты). – А где можно взять продукты? (в магазине). – А кастрюли и газовые плиты давайте попросим у Сабины Тадиновны (помощник воспитателя). – Перед тем, как начать готовить, давайте разогреем наши ручки, чтобы лучше работали:

Пальчиковая игра:

Мы капусту рубим, рубим,

Мы капусту режем, режем,
Мы капусту солим, солим,
Мы морковку трем, трем,
Мы капусту жмем, жмем,
Маму угощаем, друзей угощаем,
А потом ее жуем!

Дети берут тележки, идут в магазин выбирать нужные продукты и начинают готовить. Матроскин садится и ждет за столом, воспитатель помогает детям. Когда все готово, дети начинают кормить Матроскина. Кот принимает еду только из тарелок, не ест из кастрюли, что послужит мотивацией для дальнейшего развития игровой ситуации.

Дыхательная гимнастика

Нужно глубоко вдохнуть,
Чтоб на супчик нам подуть.

Исходное положение – ноги на ширине плеч.

Действие 1 – сделать свободный вдох и задержать дыхание

2 – губы сложить трубочкой и сделать три коротких выдоха, условно дую на суп.

Матроскин: - Кажется, я наелся, ребята! Спасибо большое. (прислушивается к себе) Послушайте, у меня прошел живот, он больше не болит! Вот это да, какое счастье! По такому случаю приглашаю вас поиграть со мной в мою любимую игру!

Хороводная игра

По дорожке Рита (Кира, Максим и т.д.) шла.

Все дети ходят по кругу, а кто-нибудь один (Рита), кого заранее выбирает воспитатель, находится в центре и выполняет движения, соответствующие следующим словам:

По дорожке Рита шла,

Рита тапочки нашла.

(дети, держась за руки, идут по кругу вправо, а Рита, находясь внутри круга, - влево).

Рита тапки примеряла,

Чуть надела – захромала.

(Рита изображает, что надевает тапки, поднимая то одну, то другую ногу, а затем прыгает на одной ноге, будто хромает).

Стала Рита выбирать,

Кому тапочки отдать.

Коле тапки хороши,

На, надень и попляши.

(хоровод останавливается. Все смотрят на Риту. Рита выбирает ребенка, который выходит на середину круга).

Все напевают плясовую мелодию, прихлопывая в ладоши, а Рита и Коля пляшут внутри круга. Затем Рита возвращается в круг, а выбранный ею Коля остается в кругу, и игра начинается сначала.

Матроскин: - Ох, спасибо, ребята, хорошо с вами! И живот больше не болит и наигрался я! Можно к вам еще раз прийти? (собирается уходить)

Снова заходит врач и видит Матроскина:

- Ну, наконец, я тебя нашла! Ты зачем убежал от меня, ведь у тебя больной живот!

Матроскин: - Да я же с детства уколов боюсь... Но у меня уже и не болит живот!

Врач: - Давай-ка я проверю! (слушает и шупает живот) В самом деле, все хорошо! Что же ты сделал?

Матроскин: - А мне дети помогли!

3 часть – рефлексивно-корректирующая

Врач: - Как же? (обращается к детям)

Дети: Мы его накормили.

Врач: Чем?

Дети: Борщом, сырниками, винегретом, напоили чаем.

Врач: А из каких продуктов вы приготовили эти блюда?

Дети: (перечисляют)

Врач: Как эти продукты назвать одним словом?

Дети: Полезные. А бывают вредные? Какие? Молодцы, ребята! Ну, тогда мне можно идти.

Врач прощается, за ним и Матроскин.

Воспитатель предлагает детям приготовить другие рецепты из меню и дети уходят играть.

Конспект непрерывной образовательной деятельности с детьми подготовительной к школе группы «Богатство человека»

Автор: Воспитатель Нечаева Г.О.

Цель: формирование у детей потребности в здоровом образе жизни как основной ценности жизни человека

Задачи:

обучающие: помочь детям в установлении причинно-следственных связей между образом жизни человека и его здоровьем

развивающие: развивать желание беречь свое здоровье, вырабатывать собственный вариант здорового образа жизни;

воспитательные: воспитывать аккуратность, чистоплотность, желание быть отзывчивым, доброжелательным.

Предварительная

работа:

Экскурсия на кухню детского сада, дидактические игры «Аскорбинка», «Спортивное лото», чтение глав из книги Р.Ротенберга «Расти здоровым», разучивание считалок и стихов по валеологии, рассматривание плакатов «Строение человека».

Оборудование:

игровое поле с волчком, пять конвертов с вопросами, скрипичный ключ, коньки, мяч, шапочка для плавания и карточки с видами спорта для игры «Спортлото», кроссворд «Наше тело», карточки для дидактической игры «Полезно - вредно», предметы личной гигиены для игры «Чем я с другом поделюсь».

I часть – мотивационная.

В группе звучит музыка по теме «Если хочешь быть здоров...». Воспитатель вносит куклу с волчком и конвертами, игровое поле.

Дети здороваются с гостем: - Меня зовут Заболейка. Здравствуйте, дети, здравствуйте, гости!

Заболейка: - Ребята, я не могу найти ответ на вопрос, что важнее всего на свете для человека? Как вы думаете, что это?

Ответы детей.

Я задавал этот вопрос не только вам, но и своим друзьям, и они написали мне письма. Поможете их прочесть? Очень надеюсь на вас.

Заболейка объясняет правила игры: - Я принёс эти письма. Чтобы мне знать, какой конверт открыть, надо по очереди крутить волчок, и стрелка укажет на конверт. Подойдите, пожалуйста, к игровому полю, занимайте места. (Дети собираются вокруг стола)

II часть – организационно-поисковая.

Начинаем игру. (Звучат фанфары).

(Можно выбрать водящего по считалке:

- Шёл по яблоку микроб,

Очень строгий, очень грязный,

Безобразный был микроб,

Был микроб - большой злодей.

А я яблоко помыл –

И микроба победил!)

- Водящий, начинай крутить стрелку. (Стрелка указывает на сектор игрового поля, где отмечены номера. По номеру выбираем конверт с вопросом).

Вопросы из конвертов:

Конверт № 1 от Чистюли:

«Всеми ли предметами можно делиться с другом?»
- Ребята, предлагаю сыграть в игру «Чем я с другом поделюсь?» Правила игры: В корзинке лежат предметы: носовой платок, зубная щетка, расческа, мочалка, полотенце, заколка для волос, зеркало, зубная паста, мыло, книга, ручка, конфета (по количеству детей). Задача детей – разложить предметы в два контейнера: предметы, которыми можно поделиться, и предметы личной гигиены. По окончании игры воспитатель просит обосновать ответы.

Конверта № 2 от Айболита.

«Какое самое главное богатство человека?» Отгадку можно найти в кроссворде. Если вы сможете правильно отгадать кроссворд, то в выделенных клетках прочитаете загаданное слово. Хотите это слово узнать?

Воспитатель крепит кроссворд на доску.

		1	я	з	ы	к			
2	с	е	р	д	ц	е			
		3	м	о	з	г			
		4	к	р	о	в	ь		
	5	б	р	о	в	и			
			б	в	о	л	о	с	ы
7	п	а	л	ь	ц	ы			
	8	с	к	е	л	е	т		

1. Всегда он в работе,
2. Когда говорим;
3. И отдыхает,
4. Когда мы молчим.
5. Тук, тук, тук! Мотор стучит, пульс послушать нам велит.
6. Орган главный, ум дает, кто его нам назовет?
7. Жидкость, которая несет организму питательные вещества?
8. Две сестры в разлуке -
9. Скучают друг о друге,
10. А сойдутся вместе –
11. Сердятся и хмурятся.
12. На голове они растут, косы все из них плетут.
13. По пять на каждой руке, по пять на каждой ноге.
14. Что поддерживает наше тело и отвечает за осанку?

- Ребята, давайте прочитаем, какое слово у нас получилось?

Дети: Слово «Здоровье». Народная мудрость гласит: «Главное богатство человека – это здоровье».

Молодцы! Справились и с этим заданием. Продолжим?

Музыкальная пауза

- Волчок показал на ключ. Это не просто ключ. Может, кто-нибудь из вас знает, как он называется? (Скрипичный ключ).

- Значит, музыкальный. У нас тоже музыкальная пауза. (Физкультминутка под музыку группы «Секрет» «Сара Барабу»).

Конверт № 3 от Витаминки:

«Какие продукты полезны для здоровья?» Чтобы вам быстрее ответить на вопрос Витаминки, я предлагаю сыграть в игру «Полезно – вредно».

Правила игры: Разделитесь на пары. Перед вами по две больших и десять маленьких карточек. Большие карточки – это пустое поле со смайликами – весёлым и грустным. Весёлый стал таким потому, что поел полезных продуктов. Грустный же такой, потому что съел вредные продукты. Надо разложить все маленькие карточки на большие. Договоритесь с партнёром по игре заранее. Дети раскладывают карточки с изображением продуктов питания: рыба, овощи, фрукты, молочные продукты, орехи полезны, а вот газированные напитки, сухарики, чипсы, сладости, пирожки и гамбургеры

- Проверяем это задание, меняясь местами с друзьями справа.

Воспитатель: - Можно есть вредные продукты?

Дети: - Можно, но лучше не надо, потому что это очень вредно.

Воспитатель: - Если много кушать, обязательно ли будешь крепким и здоровым?

Дети: - Нет. Можно пополнеть и заболеть.

- Очень рада, что вы так много знаете о здоровом питании. Играем ещё?

Конверт № 4 от Спортсменки:

- Посмотрите внимательно на предметы в чёрном ящике и дайте правильный ответ, для каких видов спорта, нужны эти предметы? (Вносится ящик со спортивным инвентарём. Дети открывают ящик и достают оттуда мяч, коньки, шапочка для плавания).

Подвижная игра «Спортивная»

Спортивные атрибуты выкладываются на три стула. Дети разбирают карточки с известными видами спорта, по очереди относят их к данным спортивным атрибутам. После того, как отнесли все карточки, проверяют правильность.

Мяч – футбол, баскетбол, волейбол, теннис.

Коньки – фигурное катание, хоккей, конькобежный спорт, одиночное катание.

Шапочка - прыжки с трамплина, плавание, водное поло, синхронное плавание.

Воспитатель: - Хорошо, вы знаете виды спорта и любите заниматься физкультурой.

Конверт №5 от Улыбки. Улыбка спрашивает: «Какое настроение бывает у людей?» (Дети отвечают).

Воспитатель: - Давайте мы с вами поиграем в игру «Изобрази настроение». Я буду называть, а вы изображать. Изобразите мимикой: грусть, злость, страх, обиду, радость, веселье. (Дети показывают мимикой настроение человека). А я знаю ещё способ поднять настроение.

Самомассаж «Настроение»

Ручки растираем и разогреваем,

И лицо теплом своим мы умываем.

«Грабельки» сгребают все плохие мысли,

Ушки растираем вверх и вниз мы быстро.

Их вперёд сгибаем, тянем вниз за мочки,

А потом уходим пальцами на щёчки.

Щёчки разминаем, чтобы надувались,

Губки разминаем, чтобы улыбались.

Мы теперь утятки – клювики потянем,

Разомнём их мягко, не задев ногтями.

Уголками губ мы щёчки поднимаем,
А потом от носа вниз к губам стекаем.
Губы пожуюм и шарики надуем.
И губами вправо-влево потанцуем.
Мы язык за губку заворачиваем,
Кулачком по губе поколачиваем.
За другую губу заворачиваем
И другим кулачком поколачиваем.
Тянем подбородок и к ушам щипаем,
А потом по шейке струйками стекаем.

- Ребята, сможете изобразить настроение здорового человека? Покажите, пожалуйста.

III часть - рефлексивно - корректирующая

Воспитатель: Итак, ребята, мы нашли ответ на вопрос нашего гостя? Вы поняли, что является главным богатством человека?

Ответы детей

Воспитатель: Как вы поняли, что такое здоровье? Какого человека можно назвать здоровым?
(Ответы детей)

Воспитатель: Мы ведь не просто в начале занятия поздоровались: Мы подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали: «Здравствуй! - Здоровья желаю».

Заболейка: Ребята, я понял, что «Здравствуй!» - это не просто слово вежливости. Когда мы здороваемся друг с другом, мы в это время желаем всем здоровья! Спасибо вам за науку. До свидания!

Физкультминутка*:

Живут мальчики – веселые пальчики.

Озорные ножки ходят по дорожке.

Шея крутит головою,

Повторяйте все за мною,

Вправо – влево поворот,

Разогрейте свой живот.

Наше тело подтянулось,

И вперед слегка нагнулось.

Как березонька стройна

Стала ровною спина.

А теперь все потянулись,

И друг другу улыбнулись.

**На случай выпадения музыкальной паузы в начале игры*

Решение семинара:

Ввести использование здоровьесберегающих технологий в работу педагогов.
Ответственные: воспитатели дошкольных групп.

Список литературы

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.21 – 28.
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер: 1-4 классы. - М.: ВАКО, 2007.
3. Кучма В.Р. Теория и практика гигиены детей и подростков на рубеже тысячелетий. - М., 2001.
4. Кучма В.Р., Сердюковская Г.Н., Демин А.К. Руководство по гигиене и охране здоровья школьников. - М., 2000.
5. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения /Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. -М., 2002.
6. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. - М., 2002.
7. Педагогика и психология здоровья /Под ред. Н.К. Смирнова. - М.: АПКИПРО, 2003.
8. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. - М.: АРКТИ, 2003.
9. Солдатченко С.С., Кащенко Г.Ф. и др. Ароматерапия. Профилактика и лечение заболеваний эфирными маслами. "Таврида", Симферополь, 1999.
10. Сухарев А.Г. Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.29 – 34.
11. Ткачева В.И. Играем каждый день //Методические рекомендации. - Мн.: НИО, 2001.